



Edelstahl-Küchenmixer
Acier inox Mixeur électrique
Stainless Steel Blender
Frullatore in acciaio inossidabile
Roestvrijstalen Mengbeker

Bedienungsanleitung
Mode d'emploi
Instructions for use
Istruzioni per l'uso
Gebruiksaanwijzing

D

F

E

I

NL

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Beim Gebrauch von elektrischen Geräten sollten stets grundlegende Sicherheitsvorkehrungen getroffen werden, darunter auch folgende:

1. Lesen Sie vor dem Gebrauch des Küchenmixers die gesamte Bedienungsanleitung.
2. Zum Schutz vor Stromschlag dürfen Netzkabel, Stecker und Gehäuse des Mixers auf keinen Fall in Wasser oder andere Flüssigkeiten getaucht werden.
3. Eine Verwendung des Wasserkochers durch oder in der Nähe von Kindern ist stets zu beaufsichtigen.
4. Ziehen Sie den Stecker des Mixers, wenn Sie diesen nicht mehr verwenden, bevor Sie Teile desselben entfernen oder befestigen beziehungsweise das Gerät reinigen.
5. Bewegliche Teile nicht berühren!
6. Das Gerät darf nicht verwendet werden, wenn Netzkabel oder Stecker beschädigt sind, das Gerät nicht mehr richtig arbeitet, fallen gelassen oder beschädigt wurde. Wenden Sie sich an den nächstgelegenen autorisierten Kundendienst, um das Gerät zu prüfen, reparieren und richtig einstellen zu lassen.
7. Die Verwendung von Zubehör, das nicht vom Gerätehersteller empfohlen oder verkauft wird, kann zu Bränden, Stromschlägen und Verletzungen führen und ist daher verboten.
8. Das Gerät weder im Freien noch in einer feuchten Umgebung benutzen!
9. Lassen Sie das Netzkabel nicht über die Kante von Tisch oder Arbeitsplatte beziehungsweise auf eine heiße Fläche hängen.
10. Beim Betrieb des Gerätes weder Ihre Hände noch Gegenstände in den Behälter einführen, um Verletzungen zu vermeiden und das Gerät nicht zu beschädigen. Schaber nur benutzen, wenn das Gerät nicht in Betrieb ist!
11. **Vorsicht! Die Messer sind scharf!**
12. Zur Verringerung des Verletzungsrisikos Messereinheit erst auf den Sockel setzen, nachdem der Behälter ordnungsgemäss montiert wurde.
13. Mixer nur mit Abdeckung betreiben!
14. Bei der Verarbeitung heisser Flüssigkeiten den transparenten Kunststoffeinsatz auf dem Deckel entfernen.
15. Gerät nur für die vorgesehen Zwecke verwenden.

BEWAHREN SIE DIE BEDIENUNGSANLEITUNG AUF!

NUR FÜR DEN PRIVATEN GEBRAUCH

Dieses Gerät besitzt einen gepolten Stecker (d.h. ein Kontaktstift ist breiter als der andere). Zur Verringerung der Stromschlaggefahr kann dieser Stecker nur in einer Richtung in eine gepolte Steckdose eingeführt werden. Passt der Stecker nicht vollständig in die Steckdose, muss er umgekehrt eingeführt werden. Sollte er immer noch nicht passen, dann wenden Sie sich bitte an einen Elektriker. Versuchen Sie nicht, dieses Sicherheitsmerkmal durch eine Modifikation des Steckers zu deaktivieren.

Mit dem Gerät wird ein langes Netzkabel geliefert. Achten Sie darauf, dass es nicht über eine Tischkante oder Arbeitsfläche hängt, wo es von Kindern heruntergezogen werden könnte oder eine Stolperfalle darstellen könnte.

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Die Teile und Bedienelemente Ihres Küchenmixers	2–4
Einführung. Vor dem ersten Gebrauch. Montageanleitung	4–5
Die Bedienung Ihres Mixers, Mixgeschwindigkeiten	5–6
Das Mischen heisser Speisen, die Zerkleinerung von Eis	6–7
Weitere wichtige Informationen	7–8
Pflege und Wartung, gründlichere Reinigungsmethoden, Reinigung des Gehäuses	9–10
Garantiebedingungen	10
Rezepte	11–19

Die Teile und Bedienelemente Ihres Küchenmixers



Leistungsmerkmale:

1. Kunststoffeinsatz mit Einfüllöffnung / Werkzeug zur Messerentfernung

Mit Hilfe des abnehmbaren Kunststoffeinsatzes können Sie Zutaten in den Mixer geben, ohne erst den Deckel entfernen zu müssen. Diese Öffnung wird auch für die Zubereitung von Mayonnaise und Salat-Dressings verwendet. Das Öl wird langsam durch die Öffnung gegossen, damit es sich mit dem Dressing zu einer Emulsion verbindet. Der dritte Verwendungszweck dieses Einsatzes ist die Entfernung der Messereinheit aus dem Glasbehälter des Mixers, um die Reinigung zu erleichtern. Lesen Sie dazu bitte auch den Abschnitt «Gründlichere Reinigung der Messereinheit».

2. Deckel

Der Deckel aus strapazierfähigem Kunststoff passt perfekt auf den Glaskrug und vermeidet ein Auslaufen des Inhalts. Er wird während für den gesamten Mixvorgang verwendet.

3. Glasbehälter

Der grosse (etwa 1,3 Liter fassende) Glaskrug aus Sicherheitsglas besitzt auf einer Seite eine Masseinteilung für Tassen, womit keine weiteren Tassen zur Abmessung der zu mischenden Zutaten erforderlich sind.

4. Silikondichtung

Die kleine schwarze Gummidichtung passt genau auf die Messereinheit, gewährleistet einen passgenauen Sitz und vermeidet ein Auslaufen des Inhalts.

5. Messereinheit

Die abnehmbare Edlestahleinheit mit vier Klingen und einer Silikondichtung wurde extra für das Mischen unterschiedlichster Zutaten sowie für das Zerkleinern und Mahlen fester Gegenstände wie Eis, Kaffee und Hartkäse konzipiert.

6. Gehäuse mit Gummifüssen

Im Sockel befindet sich ein professioneller, leistungsstarker 700 Watt-Hochleistungsmotor. Dank der Gummifüsse steht das Gehäuse auch bei eingeschaltetem Gerät stabil auf der Arbeitsfläche.

7. Impulsschalter

Der schwarze Schalter über dem Geschwindigkeitsschalter ist der Impulsschalter. Drücken Sie auf den unteren Teil dieses Schalters, um den Motor anzuschalten. Drücken Sie mit kurzen Bewegungen solange weiter auf den Schalter, bis der Inhalt vermisch ist.

8. Geschwindigkeitsschalter

Vergewissern Sie sich, dass der Geschwindigkeitsschalter immer auf OFF (AUS) steht, bevor Sie den Behälter auf das Gehäuse setzen. Andernfalls beginnt der Motor zu arbeiten, sobald sich der Behälter auf dem Gehäuse befindet. Zur Wahl der höchsten Leistungsstufe drücken Sie den Schalter nach oben. Auf der mittleren Stufe ist das Gerät ausgeschaltet (OFF). Zur Wahl der niedrigsten Geschwindigkeitsstufe drücken Sie den Schalter nach unten.

9. Netzkabel

Der Küchenmixer hat ein langes Netzkabel mit gepoltem Stecker, um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern. Dieser Stecker kann nur in einer Richtung in eine gepolte Steckdose eingeführt werden. Passt der Stecker nicht vollständig in die Steckdose, muss er umgekehrt eingeführt werden.

Ihr neuer elektrischer Küchenmixer mit Geschwindigkeitsregler und Impulsschalter

Ihr neuer Spring®-Edelstahlküchenmixer mit Geschwindigkeitsregler und Impulsschalter ist ein Kraftwerk, das Eis zerkleinern, Getränke mixen, Gemüse pürieren, Salatdressings zubereiten sowie heiße Suppen und Sossen pürieren kann und Sie auch bei Zubereitung aller sonstigen Rezepte unterstützt, für die ein Mixer benötigt wird. Der strapazierfähige Glasbehälter mit einem Fassungsvermögen von etwa 1,3 Litern ermöglicht die Zubereitung grösserer Speisen- und Getränkemengen. Die Edelstahlmesser sind stark genug, um Eis auch ohne Zugabe von Wasser zu zerkleinern. Der Mixer ist leicht zu bedienen, Sie müssen lediglich den Geschwindigkeitsschalter und den Impulsschalter bedienen und müssen nicht mehr darüber nachdenken, welche Geschwindigkeit Sie für welchen Mixvorgang benötigen. Wählen Sie einfach die niedrige Geschwindigkeit für Getränke und Speisen von dünnerer Konsistenz und die hohe Geschwindigkeit für festere Zutaten oder das Erzeugen von Schaum. Der Impulsschalter eignet sich hervorragend für das Zerkleinern von Eis und harten Zutaten wie zum Beispiel Käse und Gewürzen. Die Zutaten werden von den Messerflächen nach oben abgestossen und fallen immer wieder auf diese herunter, bis der Mixvorgang abgeschlossen ist.

Lassen Sie Ihren neuen Küchenmixer gleich auf der Arbeitsfläche stehen. Je öfter Sie ihn benutzen, desto leichter fällt ihnen die Bedienung.

Vor dem ersten Gebrauch:

1. Küchenmixer vorsichtig auspacken und die beiliegenden Dokumente aufbewahren.
2. Glaskrug in warmem Spülwasser reinigen, unter fließendem Wasser ausspülen und abtrocknen.
3. Gebrauchs- und Pflegehinweise vor dem ersten Gebrauch sorgfältig durchlesen und an einem sicheren Ort verwahren.

Montageanleitung:



Drücken Sie die Silikondichtung in die Ritze unter den Schneidflächen der Messereinheit (vgl. Abbildung auf dieser Seite).

Drehen Sie den Glaskrug auf den Kopf und stellen Sie diesen auf eine ebene Oberfläche. Platzieren Sie die Messereinheit in der Krugöffnung und drehen Sie diese entgegen dem Uhrzeigersinn, bis sie fest einrastet.

Hinweis: Der jeweilige Inhalt kann aus dem Krug auslaufen, wenn die Messereinheit nicht richtig angebracht und eingerastet ist.

Sollten sich am Hals des Mixers Wasserbläschen bilden, dann leeren Sie den Glaskrug und vergewissern Sie sich, dass die Messereinheit korrekt sitzt.

ACHTUNG: Messereinheit vorsichtig bedienen, die Schneidflächen sind äusserst scharf!

Die Bedienung Ihres Küchenmixers:

Stellen Sie den Motorblock Ihres Mixers auf eine saubere, trockene und ebene Fläche. Stecken Sie das Netzkabel in eine gepolte Steckdose.

Vergewissern Sie sich, dass der Mixer korrekt zusammengebaut ist (vgl. Abbildung im Abschnitt «Die Teile und Bedienelemente Ihres Küchenmixers».)

Vergewissern Sie sich, dass der Geschwindigkeitsschalter auf OFF steht, bevor Sie den Krug auf den Sockel stellen. Dies ist von grösster Wichtigkeit, da der Motor ansonsten zu arbeiten beginnt, sobald der Krug auf dem Sockel steht.

Stellen Sie den leeren Krug auf den Motorblock und geben Sie die Zutaten hinein. Orientieren Sie sich dazu an Ihrem Rezept. Denken Sie immer daran, dass Flüssigkeiten vor festen Zutaten und vor dem Eis eingefüllt werden sollten. Dadurch werden die Zutaten gleichmässiger miteinander vermischt und der Motor wird geschont. Füllen Sie den Krug immer nur bis zur der markierten Füllhöhe von 5 Tassen. Die Schneidflächen benötigen ausreichend Platz, um richtig arbeiten zu können. Ist der Krug bis zu dieser Höhe gefüllt, ist es ratsam, die Hand auf den Deckel zu drücken, um zu vermeiden, dass dieser durch die Kraft des Motors angehoben wird, sobald der Mixvorgang beginnt.

Sollten die Schneidflächen während des Betriebs schwer drehen oder ganz blockieren, Motor abschalten. Nehmen Sie den Krug vom Sockel und lösen Sie die Zutaten oder das Eis von den Schneidflächen. Legen Sie den Deckel wieder auf und stellen Sie den Krug zurück auf den Motorblock. Danach den Mixvorgang gemäss Rezept fortsetzen.

Vergewissern Sie sich, dass der Geschwindigkeitsschalter immer auf OFF steht und der Deckel richtig auf dem Glaskrug liegt, wenn Sie den Krug nach Gebrauch vom Sockel nehmen und ihn dann für einen weiteren Mixvorgang wieder auf den Sockel stellen. Andernfalls beginnt der Motor zu laufen, sobald der Krug auf dem Sockel steht.

Mixgeschwindigkeiten:

Ihr Küchenmixer verfügt über zwei Geschwindigkeitsstufen und einen Impulsschalter. Niedrige Geschwindigkeit – Eine langsame und schwächere Einstellung. Verwenden Sie diese Geschwindigkeit für Zutaten von geringem Gewicht.

Bedienung: Drücken Sie den Schalter nach unten.

Hohe Geschwindigkeit – Verwenden Sie diese leistungsstarke Einstellung für Zutaten mit grösserem Gewicht.

Impulsschalter: Zum groben Zerkleinern und ersten Mixen.

Das Mixen heisser Zutaten:

Heisse Zutaten vergrössern beim Mixen ihr Volumen. Wir empfehlen daher, den Kunststoffeinsatz aus der Mitte des Deckels zu entfernen, wenn Sie heisse Speisen mixen. Achten Sie gerade beim Mixen heisser Zutaten darauf, den Glasbehälter nicht zu voll zu machen.

Mixen Sie heisse Zutaten immer in kleinen Mengen von etwa 2 Tassen. Achten Sie darauf, diese bei NIEDRIGER Geschwindigkeit zu mixen. Drücken Sie dabei stets Ihre Hand auf den Deckel, da sich dieser lösen und der Inhalt herauslaufen könnte, wenn der Behälter zu voll ist oder Sie das Gerät versehentlich mit hoher Geschwindigkeit betreiben.

Auch nach Beginn des Mischvorgangs können Sie noch zusätzliche Flüssigkeit in den Behälter giessen. Vorgang fortsetzen, bis die Zutaten zu Ihrer Zufriedenheit vermischt oder zerkleinert wurden.

Das Zerkleinern von Eis:

Das Geheimnis, wie man Eis erfolgreich zerkleinert, ohne zusätzlich Wasser hinzu zu geben, besteht darin, nicht zu viele Eiswürfel auf einmal zu zerkleinern. Es dauert weniger als 30 Sekunden, um 6 bis 8 Eiswürfel mittlerer Grösse zu zerkleinern und braucht daher nicht viel Zeit, um das Eis in mehreren Durchgängen zu zerkleinern. Die Zahl der Eiswürfel, die gleichzeitig zerkleinert werden können, richtet sich nach ihrer jeweiligen Grösse. Je kleiner die Eiswürfel, desto mehr können gleichzeitig zerkleinert werden. Wie viele Eiswürfel das letztendlich sind erfahren Sie durch Ausprobieren.

Beginnen Sie mit 6 Eiswürfeln wenn diese gross und rechteckig sind. Sind Sie halbmondförmig wie die Eiswürfel aus einem elektrischen Eiszubereiter, dann können Sie gleich 8 oder 10 Würfel nehmen. Stellen Sie den Glaskrug auf den Motorblock. Füllen Sie das Eis in den Krug. Befestigen Sie den Deckel auf dem Krug und drücken Sie dann vier oder fünf Mal den Impulsschalter, bis das ganze Eis zerkleinert ist. Bleiben keine grösseren Brocken in der Mitte des Krugs zurück, dann haben Sie genau die richtige Menge gewählt und hätten eventuell sogar noch mehr Eis einfüllen können. Leeren Sie den Krug und geben Sie beim nächsten Durchgang einige Eiswürfel mehr in den Krug. Wird das ganze Eis zerkleinert, war die Füllmenge richtig, sollten grössere Stücke zurückbleiben, dann waren es doch zu viele Eiswürfel.

Experimentieren Sie mit Anzahl und Grösse der Eiswürfel um herauszufinden, wie viele Würfel gleichzeitig zerkleinert werden können.

Sollten Sie das Eis in mehreren Durchgängen zerkleinern, werden Sie feststellen, dass sich seine Konsistenz verändert. Je kälter das Glas des Kruges wird, desto mehr wirkt das Eis wie Schnee. Wenn Sie möchten, dass das Eis transparent ist, dann spülen Sie den Glaskrug zwischen den einzelnen Durchgängen mit warmem Wasser aus und trocknen ihn ab.

Je stärker gefroren und trockener das Eis beim Zerkleinern ist, desto besser wird das Ergebnis. Geben Sie bei der Zubereitung von Wassereis vor oder während des Zerkleinerns kein Wasser oder andere Flüssigkeiten zu dem Eis. Zerkleinern Sie zunächst das Eis, leeren Sie es aus dem Krug und giessen Sie dann erst den Sirup über das Eis.

Weitere wichtige Informationen:

Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass der Mixer auf einer sauberen und ebenen Fläche steht.

Vergewissern Sie sich, dass das Gerät korrekt zusammengebaut ist und auch die Dichtung an der richtigen Stelle ist, bevor Sie die Zutaten in den Behälter geben. Füllen Sie immer erst die flüssigen Zutaten in den Krug und danach dann die festen Zutaten.

Schneiden Sie die zu mischenden Zutaten in kleine, gleichmässige Stücke von etwa 1 cm Grösse, um ein einheitliches Ergebnis zu erzielen.

Verwenden Sie auf keinen Fall einen Gummispachtel, solange der Motor in Betrieb ist. Schalten Sie den Mixer aus, bevor die Innenwände abkratzen. Verwenden Sie keine Gegenstände aus Metall, diese könnten die Schneidflächen beschädigen.

Vergewissern Sie sich, dass der Geschwindigkeitsschalter immer auf OFF steht, bevor Sie den Glasbehälter auf den Sockel stellen. Andernfalls beginnt der Motor zu laufen, sobald der Behälter auf dem Sockel steht.

Drücken Sie den Deckel vor dem Mixen fest auf den Krug. Betreiben Sie das Gerät **NIEMALS** ohne Deckel.

Zum Betrieb des Impulsschalters drücken Sie auf die untere Hälfte des Schalters.

Wird der Impulsschalter gedrückt, so arbeitet der Motor in kurzen Schüben. Verwenden Sie diese Einstellung, um Eis und Hartkäse zu zerkleinern oder um Zutaten zu lösen, die sich an der Seite des Krugs verfangen haben. Auch können Sie den Mixvorgang mit dieser Einstellung beginnen und dann je nach Wunsch die Geschwindigkeit erhöhen oder reduzieren, um den Vorgang zu beenden.

Stellen Sie den Krug niemals auf den Motorblock, solange der Schalter auf ON steht.

Füllen Sie niemals Eis oder gefrorene Zutaten in einen heissen Behälter beziehungsweise heisse Zutaten in den Behälter, wenn dieser zuvor im Kühlschrank stand.

Behälter zum Abnehmen vom Sockel einfach nach oben heben, nicht drehen!

Stellen Sie den Küchenmixer immer auf OFF, bevor Sie den Glaskrug vom Sockel nehmen.

Das Mixen von Zutaten mit festerer Konsistenz erfordert höhere Aufmerksamkeit. Schalten Sie den Mixer ab, kratzen Sie die Innenseiten des Glaskrugs mit einem Gummispachtel ab und schieben sie die noch zu mixenden Reste in die Mitte des Kruges über die Schneidflächen. Legen Sie den Deckel auf den Krug und drücken Sie den Impulsschalter an und aus, bis die Zutaten vollständig vermischt sind. Bei Bedarf Vorgang wiederholen.

Mixvorgang auf Sekunden, nicht auf Minuten begrenzen! Andernfalls wird die Konsistenz des Mischprodukts zu locker.

Verwenden Sie den Glasbehälter nicht zur Aufbewahrung von Lebensmitteln.

Pflege und Wartung:

Vergewissern Sie sich, dass der Geschwindigkeitsschalter auf OFF steht. Ziehen Sie das Netzkabel aus der Steckdose.

Schnelle Reinigung:

Meistens wird es nicht notwendig sein, die Messereinheit zur Reinigung des Glasbehälters zu entnehmen. Den Behälter einfach in warmem Spülwasser auswaschen und danach unter fliessendem Wasser abspülen. Ein einfacher und schneller Reinigungstipp, wenn Sie Salatdressings, Mayonnaise oder andere dickflüssige Mischungen zubereitet haben: Nach dem Leeren des Glasbehälters etwa 1 Tasse warmes Wasser und einen Tropfen flüssigen Spülmaschinenreiniger einfüllen. Deckel aufsetzen und den Geschwindigkeitsschalter auf HIGH stellen. Das Gerät einige Sekunden laufen lassen. Das strudelnde Wasser wird die meisten Speisereste an den Innenseiten des Kruges lösen. Bei Bedarf Vorgang wiederholen. Danach Wasser ausgiessen und den Krug mit warmem Wasser ausspülen.

Gründlichere Reinigung:

Sollten Sie es für nötig befinden, die Messereinheit für eine gründlichere Reinigung herauszunehmen, so nehmen Sie zunächst den Glasbehälter vom Sockel und leeren Sie den Inhalt aus. Stellen Sie den Behälter auf den Kopf. Nehmen Sie den Kunststoffeinsatz (Werkzeug zur Entfernung der Messereinheit) aus der Mitte des Deckels. Zur Entfernung der Messereinheit aus dem Glasbehälter müssen die beiden Kunststoffknöpfe, die aus dem Rand der Kunststoffeinsatzes herausragen, in die Kerben auf dem grauen Kunststoffgehäuse der Messereinheit gedrückt werden und IM UHRZEIGERSINN gedreht werden (vgl. dazu die Abbildung auf dieser Seite). Die Messereinheit löst sich. Kippen Sie die Messereinheit und nehmen Sie diese aus dem Behälter. Entfernen Sie die Gummidichtung und waschen Sie die Messereinheit sorgfältig in warmem Spülwasser ab.

Achtung:

Die Schneidflächen sind äusserst scharf und müssen daher sehr sorgfältig abgespült werden. Nach Reinigung von Messereinheit und Glasbehälter die Dichtung einsetzen und die Messereinheit wieder in den Krug setzen. Kunststoffeinsatz in die Kerben setzen und GEGEN DEN UHRZEIGERSINN drehen, um die Messereinheit zu fixieren.



Reinigen des Gehäuses:

Tauchen Sie das Motorgehäuse niemals in Wasser!

Wischen Sie die Aussenseite des Gehäuses mit einem feuchten Lappen oder Schwamm und warmem Spülwasser ab. Danach mit einem weichen, trockenen Tuch abtrocknen.

Spring Kitchen Electrics: 12-monatige Garantie

Die Spring Switzerland GmbH gewährt Ihnen ab dem Datum des originalen Kaufbelegs eine einjährige, beschränkte Garantie für sämtliche Mängel, die auf eine fehlerhafte Verarbeitung oder die Verwendung mangelhafter Materialien bei seinen kleinen Küchengeräten zurückzuführen sind. Diese Garantie gilt nicht für Schäden, die auf Fahrlässigkeit, Missbrauch oder einen unsachgemässen Gebrauch des Produkts zurückzuführen sind, einschliesslich einer gewerblichen oder sonstigen Nutzung, für die das Gerät nicht konzipiert oder vorgesehen ist. Sollten Sie Fragen zum sachgemässen Gebrauch haben, so vergleichen Sie dazu bitte den vorstehenden Abschnitt «Pflege und Wartung».

Diese Garantie gilt auch nicht für Einzelteile, die durch den üblichen Verschleiss oder unabsichtlich beschädigt wurden, wie zum Beispiel Glasteile, Behälter, Klingen, Rührwerke oder Filter.

Die Spring Switzerland GmbH verneint ausdrücklich jede Haftung für Folgeschäden aufgrund von unabsichtlichen Schäden, die durch die Nutzung seiner Produkte entstanden sind.

Jede Garantie betreffend die Marktgängigkeit oder Zweckeignung dieses Produkts ist ebenfalls auf die 12-monatige Garantiefrist beschränkt. In einigen Rechtssystemen ist der Haftungsausschluss der gesetzlichen Gewährleistung für Gebrauchsgüter untersagt, weshalb der vorstehende Haftungsausschluss für Sie nicht gelten könnte. Diese Garantie gibt ihnen besondere gesetzliche Rechte, die je nach Gerichtsbarkeit variieren können.

Muss Ihr Produkt gewartet werden oder benötigen Sie andere Hilfe, so wenden Sie sich bitte an unsere Kundendienstabteilung unter **1-800-955-1550**.

Schweiz und Rest der Welt:
Spring Switzerland GmbH
Hörnlistrasse 14
CH-8360 Eschlikon
Tel. +41 71 973 76 00
Fax +41 71 973 76 29

Europa:
Spring Service
Feldbergstrasse 21
D-79650 Schopfheim
Tel +49 7622 674 51 30
Fax +49 7622 619 00

FROZEN FRUIT SMOOTHIE – Gefroreteter Obstshake



ERDBEEREN:

Schützen das Herz,
wirken krebs- und
entzündungshemmend.

Gefroretene Obstshakes eignen sich hervorragend als Snack, zum Frühstück oder als Nachspeise.

Sie müssen die Banane zunächst einige Stunden in einem Gefrierbeutel oder –gefäss tief gefrieren. Die gefrorenen Bananen dienen als fruchtige Eiskwürfel und verleihen dem Smoothie seine köstliche, dickflüssige Konsistenz.

1,5 Tassen naturtrüber Apfelsaft

1 Tasse gefrorene Bananen, geschält und in Scheiben geschnitten

1 Tasse frische Pfirsiche, geschält und in Scheiben geschnitten;
alternativ 1 Tasse frische geputzte Erdbeeren in Scheiben

Dekoration: 1 Stängel frische Minze oder eine Handvoll frische Beeren

Apfelsaft in den Glaskrug füllen, Bananen und Pfirsiche hinzugeben. Krug abdecken, dann den Impulsschalter vier bis fünf Mal betätigen, bis das Obst zerkleinert und die Zutaten vermisch sind. Smoothie in drei grosse Weingläser giessen, mit der Minze beziehungsweise den Beeren dekorieren und gleich servieren.

Ergibt 3 Portionen

Fettarmer Vanille-Milkshake



BANANEN:

Eine kaliumreiche Frucht, die hilft, den Blutdruck zu senken.

Diese Kreation habe ich erfunden, als sich meine diabetes-krankte Nichte nach einer süssen, kalten Leckerei sehnte. Banane, Honig und Eiswürfel sind ein guter Ersatz für normale Eiscreme, wird dieses cremige Dessertgetränk durch sie doch dickflüssig, süss und kühl. Eine wunderbare Möglichkeit, den süssen Zahn ohne die Mengen an Zucker und Fett zu befriedigen, die in einem normalen Shake enthalten sind. Und dieser wunderbare Gaumenkitzel ist eine fantastische Möglichkeit, Ihren Kindern und sich selbst etwas Kalzium, Protein und Kalium zuzuführen.

- 2 Tassen Magermilch
- 1 Tasse geschnittene Bananen
- 1 Esslöffel reiner Vanilleextrakt
- 2 Esslöffel Honig
- 2 Esslöffel ungesüsster Kakao (optional)
- 2 Tassen Eiswürfel

Die Zutaten in der angegebenen Reihenfolge in den Mixer geben. Krug abdecken, dann den Impulsschalter vier bis fünf Mal betätigen, bis die Zutaten gut vermischt sind. In 6 grosse Gläser füllen und mit einem Strohhalm dekorieren.

Ergibt 4 Portionen

Ananas-Mandel-Shake



ANANAS:

Steigert die Energieproduktion und die Abwehr gegen freie Radikale.

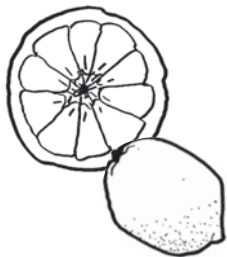
Die Mandeln in diesem belebenden Shake sind ein hervorragender Proteinlieferant, und es wird Ihren Kindern Spass machen, die Mandeln selbst zu blanchieren .

- $\frac{1}{4}$ Tasse blanchierte Mandeln*
- $\frac{1}{4}$ Tasse Reismilch oder Sojamilch
- $\frac{1}{4}$ Tasse Ananassaft
- $\frac{1}{2}$ Teelöffel reiner Ahornsirup
- 1 Tasse grob gestückelte frische Ananas.
- $\frac{1}{2}$ Tasse zerkleinertes Eis oder Eiswürfel

Mandeln in den Glaskrug füllen. Krug abdecken und den Impulsschalter vier bis fünf Mal drücken, bis die Mandeln gemahlen sind. Die restlichen Zutaten in der angegebenen Reihenfolge hinzufügen. Krug wieder abdecken. Mit hoher Geschwindigkeit etwa 10 Sekunden cremig mixen. In drei grosse Gläser giessen und servieren.

Ergibt 3 Portionen

*Mandeln zum Blanchieren (d.h. zum Enthäuten) in einen kleinen Topf mit kochendem Wasser geben und 5 Minuten lang kochen. Mandeln in ein Sieb giessen und unter fließendem Wasser abkühlen. Die Mandeln dann zwischen den Fingern reiben und pressen, um die braune Haut zu entfernen, diese sollte sich nun leicht entfernen lassen. Dieser Teil wird Ihnen Kindern sicherlich Spass machen.



MANGOS:

Reich an magen-
freundlichen Enzymen
und herzkräftigendem
Kalium.

Servieren Sie diesen köstlichen gefrosteten Obstsaft anstelle einer Margarita zu ihrem bevorzugten mexikanischen Gericht oder immer dann, wenn Sie Appetit auf einen exzellenten kühlen Fruchtdrink haben.

Ein Cocktail ab und zu ist ebenfalls sehr beliebt. In letzter Zeit wurde viel über die Vorzüge des Weins geschrieben, warum geniessen Sie also nicht gelegentlich einen Spritzer Weisswein in diesem fantastischen Obstsaft?

3 Mangos in Scheiben (etwa 4 Tassen) oder 4 Tassen gefrorene Mango

3 mittelgrosse Orangen, gepresst (eine $\frac{3}{4}$ Tasse Saft)

1 grosse Limette, gepresst (eine $\frac{1}{4}$ Tasse Saft)

1 mittelgrosse Zitrone, gepresst (eine $\frac{1}{4}$ Tasse Saft)

$\frac{1}{2}$ Tasse Eis, zerstossen oder in Würfeln

$\frac{1}{2}$ Tasse kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

Dekoration:

6 frische Erdbeeren, geputzt

1 Limette in Scheiben

Orangen, Limette und Zitronen wie angegeben pressen. Mangoscheiben und Saft in einen Mixer geben. Eis und Mineralwasser dazugeben und gleichmässig vermischen. Auf 6 Gläser verteilen.

Geben Sie jeweils 1 Erdbeere in die Gläser und garnieren Sie den Rand mit einer Limettenscheibe. Vervollständigen Sie die Komposition durch fröhliche bunte Strohhalme.

6 Portionen

Abwandlung:

Citrus Mango Sunrise: Einfach $\frac{1}{2}$ Tasse Sekt oder Weisswein dazugeben.



KÜRBIS:

Eine Portion
Winterkürbis liefert fast
150% der empfohle-
nen täglichen Vitamin
C-Zufuhr.

Meiner Meinung nach ist diese reichhaltige Suppe ein echter Hit, der sicherlich die Gespräche bei Tisch unterbrechen wird. Durch das Rösten wird der intensive Geschmack des Winterkürbisses unterstrichen, und die Kombination mit Äpfeln und Zwiebeln ist einfach unwiderstehlich. Ein Klecks Koriander-Walnuss-Pesto ist das «Tüpfelchen auf dem i». Ich träume von dieser Suppe! Sie werden begeistert sein, wie unkompliziert die Zubereitung ist. Darüber hinaus bekommen Sie mit dieser Suppe alle Arten von Leckereien: gesundes Karotin aus dem Kürbis, Omega 3-Fettsäuren aus den Walnüssen und zahlreiche Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe.

1 grosser Winterkürbis (ca. 2,5 Pfund), beispielsweise Butternut oder Kabocha, geschält, entkernt und halbiert

2 mittelgrosse Zwiebeln, geschält und geviertelt.

3 Knoblauchzehen, geschält

2 säuerliche Äpfel, geschält, entkernt und geviertelt

2 Esslöffel Olivenöl Extra Vergine

Salz und rotes Chilipulver zum Abschmecken

4–5 Tassen Gemüsebrühe

Kürbis, Zwiebeln, Knoblauch und Äpfel mit dem Olivenöl etwa 40 Minuten in einer grossen Pfanne rösten; mit Salz und Chilipulver abschmecken und alle 10 Minuten umrühren, bis das Gemüse weich ist.

2 Tassen Gemüsebrühe in den Glasbehälter giessen und die Hälfte des gerösteten Gemüses hinzugeben. Deckel aufsetzen und bei hoher Geschwindigkeit 10 Sekunden lang beziehungsweise cremig mixen. Die pürierte Suppe in einen grossen Topf giessen. Den Vorgang mit weiteren 2 Tassen Brühe und dem verbleibenden Gemüse wiederholen. Restliche Brühe unterrühren und die Suppe erhitzen. Abschmecken und köcheln lassen. In warmen Suppenschüsseln mit einem Klecks Koriander-Walnuss-Pesto servieren.

Ergibt 8 Portionen

Zweifarbiger Früchte-Gazpacho



HIMBEEREN:

Fördern das
Sehvermögen und
einen gesunden
Magen-Darm-Trakt.

Was ist angenehmer, als eine Fruchtsuppe zu essen? Und diese ist nicht nur lecker, sondern mit ihren zwei Farben auch hübsch anzusehen. Dieser Gazpacho bringt ihnen, ihrer Familie und Ihren Freunden an heissen Nachmittagen die gewünschte Kühlung.

- 1/2 Tasse Wasser
- 0,7 Liter (etwa 3,5 Tassen) frische Himbeeren
- 1 Packung (etwa 500 g) ungesüsste Tiefkühlhimbeeren, aufgetaut
- 3 Esslöffel Zucker
- 0,5 Liter Mineralwasser mit Limettengeschmack
- 5 Kiwis, geschält
- 2-3 Esslöffel frisch gepresster Limettensaft
- 1 Tasse fein gewürfelte Honigmelone
- 1 Tasse klein geschnittene Cantaloupe-Melone
- 6 frische Minzblätter

Wasser und Beeren in den Glasbehälter geben. Impulsschalter drücken, bis die Beeren püriert sind. Bei Bedarf zusätzliches Wasser dazugeben, um das Mixen zu erleichtern. Beerenpüree durch ein Sieb drücken, um die Kerne aufzufangen. Himbeerpüree in eine grosse Schüssel geben. Mineralwasser dazu giessen und gut umrühren. Kiwis und Limettensaft in den Mixer geben. Deckel aufsetzen. Impulsschalter zwei bis drei Mal drücken und die Kiwis mit dem Limettensaft pürieren.

Himbeerpüree gleichmässig auf 6 gekühlte Suppenteller verteilen. Kiwipüree zu gleichen Teilen in die Tellermitte geben. Melonenwürfel darüber streuen und mit einem Minzezweig dekorieren. Sofort servieren.

Ergibt 6 Portionen

Mildsaures Chili-Dressing



SONNENGE- TROCKNETE TOMATEN:

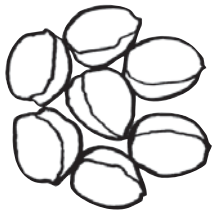
Enthalten zwölf Mal so
viel Lycopin wie eine
rohe Tomate!

Der markante Geschmack dieses Dressings harmoniert wunderbar mit Spinatblättern, die mit würzigem, krümeligem Feta-Käse belegt wurden.

- 8 sonnengetrocknete Tomaten (getrocknet, nicht in Öl eingelegt)
- 3/4 Tassen heisses Trinkwasser
- 1/4 Tasse Oliven Öl Extra Vergine, alternativ Apfelsaft
- 1 Teelöffel Chilipulver
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Esslöffel Orangensaftkonzentrat
- 1/4 Tasse Apfelessig
- 1 Teelöffel natürliche Sojasosse, z.B. Tamari- oder natrium-
arme Sojasosse
- 1/4 Teelöffel frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Die sonnengetrockneten Tomaten etwa 20 bis 30 Minuten in einer Schüssel mit warmem Wasser einweichen, bis diese weich und prall sind. Das Wasser mit den Tomaten in den Glasbehälter giessen. Deckel aufsetzen. Den Impulsschalter drei bis vier Mal drücken, bis die Tomaten zerkleinert sind. Restliche Zutaten hinzufügen und bei niedriger Geschwindigkeit mixen, bis das Dressing cremig ist. Servieren. Reste kühl stellen.

Ergibt etwa 1 Tasse



WALNÜSSE:

Einfach ungesättigte
Fette stärken das
Herz-Kreislauf-System.

Geben Sie dieses interessante Pesto zu der gerösteten Kürbis-Apfelsuppe oder geniessen Sie es als Dip beziehungsweise Brotaufstrich.

(ca.) $\frac{1}{4}$ Tasse Trinkwasser
2 Tassen Korianderzweige ohne Stängel
1 Esslöffel Apfelessig
1 Jalapeño-Schote, entkernt und gehackt
1 Tasse Walnussstücke
 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz

Die Zutaten in der angegebenen Reihenfolge in den Mixer geben. Deckel aufsetzen. Den Impulsschalter mehrere Male drücken, bis sich die Mixtur zu verbinden beginnt. Bei Bedarf mehr Wasser hinzugeben. Abschmecken und gegebenenfalls stärker salzen.

Übriggebliebenes Pesto in einem dicht schliessenden Behälter im Kühlschrank aufbewahren oder einfrieren.

Ergibt etwa 1 Tasse

INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SÉCURITÉ

Toute utilisation d'appareils électriques oblige à respecter des mesures fondamentales de sécurité, notamment :

1. Lire toutes les instructions avant la première mise en service du mixeur.
2. Afin d'éviter l'électrocution, ne pas immerger le cordon électrique, la prise ou le socle du mixeur dans de l'eau ou tout autre liquide.
3. Une surveillance aigüe est recommandée lorsqu'un appareil électrique est utilisé par ou à portée de main des enfants.
4. Débranchez l'appareil de la prise électrique murale s'il n'est pas en service, avant d'assembler ou de démonter les pièces ainsi qu'avant le nettoyage.
5. Eviter de toucher les parties en mouvement.
6. Ne jamais mettre en marche un appareil en disfonctionnement ou ayant un câble ou une prise endommagés, ni après une chute ou lorsqu'il est endommagé de quelque façon que ce soit. Contactez le service clientèle ou le revendeur le plus proche pour examen, pour réparation, ajustement électrique ou mécanique.
7. L'utilisation de pièces non recommandées par le fabricant est interdite pour cause d'incendie, d'électrocution ou de blessures éventuelles.
8. Ne pas utiliser l'appareil en plein air ou dans un endroit humide.
9. Ne laissez pas dépasser le câble du bord de table ou du plan de travail et ne le mettez pas au contact de surfaces chaudes.
10. Pour éviter le risque de blessures graves ou d'endommager l'appareil, ne pas mettre les mains ou des ustensiles dans le mixeur lorsqu'il est en marche. Un racloir synthétique peut servir, mais seulement quand le mixeur est arrêté.
11. **Les lames sont tranchantes. Utiliser avec précaution.**
12. Afin d'éviter tout risque de blessures ne jamais monter les lames et pièces tranchantes sur le socle avant que le récipient soit correctement fixé.
13. N'utiliser le mixeur qu'avec le couvercle bien en place.
14. Lorsque le mixeur contient des liquides chauds retirer la pièce en plastic au centre du couvercle.
15. Ne pas utiliser cet appareil à d'autres fins que celles indiquées.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS POUR USAGE MÉNAGER SEULEMENT

Raccordement à la terre: Cet appareil doit être raccordé à la terre. Il est doté d'une fiche et d'un câble appropriés. La fiche doit être branchée dans une prise munie d'un raccordement à la terre.

ATTENTION: L'utilisation inappropriée du câble muni de trois fils pour le raccord à la terre peut engendrer une électrocution. Consulter un électricien autorisé si nécessaire. Ne jamais tenter de contourner ces instructions de sécurité en modifiant la prise. Un câble long est livré avec l'appareil. Veillez à ce que le cordon électrique ne dépasse pas le bord du plan de travail ou de la table, afin qu'il ne soit pas à portée des enfants et qu'il ne fasse trébucher personne.

SOMMAIRE

	Page
Description des pièces	24–25
Introduction, avant la première mise en service, instructions pour assembler les pièces	26–27
Comment utiliser le mixeur à deux vitesses et à impulsion, vitesses de rotation	27–28
Mixer des nourritures chaudes, informations pour broyer les glaçons	28–29
Autres informations importantes	29
Entretien et nettoyage, méthode pour le nettoyage à fond, nettoyer le socle	30
Garantie	31
Recettes	32–39



Caractéristiques:

1. Godet en plastic avec ouverture d'aération au centre/ Dispositif pour retirer les lames

Cette pièce amovible permet d'ajouter des ingrédients sans avoir à retirer le couvercle. Elle est également utile pour préparer la mayonnaise ou les vinaigrettes. Verser doucement l'huile dans l'ouverture afin de l'incorporer pour émulsionner la préparation. L'autre fonction de ce godet est de retirer le support à lames de la coupe du mixeur pour mieux la nettoyer, voir rubrique nettoyage à fond des lames.

2. Couvercle

Le couvercle en plastic résistant s'emboîte parfaitement dans la coupe en verre afin d'éviter les fuites. Il doit toujours être en place pendant le processus de mixage.

3. Coupe en verre

La grande coupe du mixeur (contenu env. 1,3 l ou 48 ounces) en verre résistant porte les inscriptions de mesures (cup/2,4dl) sur le côté.

4. Joint en silicone

Le petit joint en caoutchouc noir se pose sur le support à lames pour une bonne adhésion et pour éviter les fuites.

5. Support à lames

Ce support amovible doté de quatre lames en acier inox et d'un joint en silicone est spécialement conçu pour mixer des liquides et pour broyer des glaçons, des grains de café ou des fromages durs.

6. Socle avec ventouses en caoutchouc

Le socle habrite un puissant moteur très résistant de 700 watt qui fournit une performance professionnelle. Les ventouses stabilisent l'appareil et l'empêchent de se déplacer pendant que l'appareil est en service.

7. Bouton d'impulsion

Le bouton noir situé au-dessus de l'interrupteur est le bouton à impulsion. Appuyez sur la partie inférieure du bouton pour activer le moteur. Continuez à appuyer sur le bouton par petit coups successifs jusqu'à ce que la nourriture ait la consistance souhaitée.

8. Interrupteur Off/ Hi/Low

Avant de poser la coupe du mixeur sur le socle, il est important de s'assurer que l'interrupteur soit toujours en position OFF, car si l'interrupteur n'est PAS en position OFF le moteur se met en marche aussitôt que la coupe est posée sur le socle. Pour accélérer le mixeur pousser l'interrupteur vers le haut, la position du milieu étant celle de l'arrêt OFF. Pour faire tourner le mixeur à basse vitesse pousser l'interrupteur vers le bas.

9. Cordon électrique

Afin d'éviter le risque d'électrocution un câble long raccordé à la terre avec une prise à trois pôles est livré avec le mixeur.

Faire connaissance avec votre mixeur électrique à deux vitesses + dispositif à impulsion

Votre nouveau mixeur de Spring à deux vitesses abrite dans son socle en acier inox un centre d'énergie apte à broyer les glaçons, à préparer des boissons, de la purée, des vinaigrettes et sauces de tout genre, soupes et potages. La coupe en verre résistant d'une capacité d'env. 1,3l permet de produire de grandes quantités de boissons en une fois. Les lames en acier inox sont très robustes, aptes à broyer des glaçons sans y ajouter de l'eau. Facile à l'emploi, les deux vitesses avec le dispositif à impulsion permettent de travailler sans réfléchir au choix de vitesse nécessité pour chaque tâche de mixage. Pour mixer des liquides légers choisir la position LOW (basse vitesse), pour des liquides plus denses ou pour former de la mousse choisir la position HIGH (haute vitesse). Le dispositif à impulsion est parfait pour broyer les glaçons ou les nourritures solides, telles que le fromage ou des épices. Les lames captent et rejettent les aliments par intermittance jusqu'à ce qu'elle ait atteint la consistance souhaitée.

Conservez le mixeur sur le plan de travail. Plus vous l'utilisez, plus la préparation des aliments sera confortable.

Avant la première mise en service:

1. Déballer avec précaution, conserver tous les documents.
2. Laver la coupe en verre à l'eau savonneuse tiède, rincer et sécher.
3. Lire attentivement ce mode d'emploi avant d'utiliser le mixeur pour la première fois et conserver pour utilisation future.

Instructions pour assembler les pièces:



Insérer le joint en silicone dans le creux du rebord au bas du support à lames en plastic (voir diagramme sur cette page). Renverser la coupe en verre et placer sur une surface plate. Placer le support à lames dans l'ouverture et visser dans le sens de l'aiguille d'une montre jusqu'à l'arrêt.

Noter: La coupe du mixeur peut perdre du liquide si le support à lames n'est pas vissé assez fermement.

Si des gouttes d'eau apparaissent autour du col du mixeur, vider la coupe et revisser le support à lames pour bien le mettre en place en ayant sous les yeux l'illustration pour le montage.

IMPORTANT: Manipuler les lames avec prudence, elles sont extrêmement tranchantes.

Comment utiliser votre mixeur à deux vitesses et impulsion:

Placer le socle du mixeur contenant le moteur sur une surface plate et propre. Brancher le mixeur dans une prise munie d'un raccordement à la terre.

Veiller à assembler les pièces du mixeur correctement (voir diagramme à la rubrique « Les pièces » page 3 de ce fascicule). L'interrupteur pour le mixage doit être en position OFF avant que le mixeur soit posé sur son socle, car si l'interrupteur n'est PAS en position OFF le moteur se met en marche aussitôt que la coupe est placée sur le socle. Placer le mixeur vide sur le socle et ajouter les ingrédients. Poser les aliments à mixer dans la coupe selon la recette utilisée. Il est important de verser les liquides avant les matières solides et avant la glace. Ceci assure une performance plus constante et stresse moins le moteur.

Ne pas dépasser la marque 5 cups/1,8l lorsque vous remplissez la coupe afin de prévoir suffisamment de place pour la masse remuée par les lames. Lorsque la coupe est remplie à ce niveau il est recommandé de tenir le couvercle bien en place pour éviter qu'il soit soulevé lorsque le moteur fait tourner les aliments dans le mixeur.

Si les lames sont bloquées ou encombrées pendant le processus, arrêter le moteur. Retirer la coupe du socle pour la vider de son contenu. Replacer le couvercle sur la coupe et poser la coupe sur le socle. Continuer à mixer comme indiqué dans la recette.

Si le mixeur est retiré du socle pour y être remplacé ensuite, l'interrupteur doit être en position OFF et le couvercle bien en place sur la coupe avant de replacer le mixeur sur le socle. Le moteur se mettra en marche aussitôt que la coupe sera en place sur le socle.

Vitesses de mixage:

Votre mixeur marche à vitesse lente et à vitesse rapide. Il est muni d'un dispositif à impulsion.

Low Speed - désigne la vitesse lente (moindre puissance). Utiliser cette vitesse pour des mélanges d'aliments légers.

Procédé: Pousser l'interrupteur vers le bas.

High Speed – désigne la vitesse rapide à haute puissance. Utiliser cette vitesse pour les mélanges plus denses. Pulse – Impulsion. Utiliser ce mode pour hacher et préparer les produits pour le mixage.

Mixer des préparations chaudes:

La masse des préparations chaudes d'aliments se dilate par le processus de mixage. Il est indiqué de retirer le godet en plastic du couvercle pour mixer des aliments chauds. Il est important de ne pas trop remplir le récipient du mixeur.. Procéder par portions d'un volume d'un demi-litre par fois. Mixer sur la position LOW à vitesse lente. Tenir le couvercle en place avec la main pour éviter de faire déborder les produits si la coupe est trop remplie ou si l'appareil tourne par erreur à la vitesse rapide. Il est possible de rajouter du liquide dans le récipient lorsque le mixage est en cours. Broyer de la glace: L'astuce pour broyer de la glace sans avoir à y ajouter de l'eau consiste à ne broyer que de petites quantités de glaçons à la fois. Cela prendra moins de 30 secondes pour broyer 6-8 glaçons de taille moyenne., c'est à dire peu de temps.

Lorsque l'on broie des glaçons, leur taille est déterminante pour la quantité que l'on peut broyer en une fois. Commencer à petit dosage avec 6 cubes pour mieux juger la capacité de la coupe.

Placer la coupe sur le socle et les glaçons dans la coupe. Mettre le couvercle et actionner le bouton à impulsion 4 à 5 fois jusqu'à ce que tous les glaçons soient broyés à volonté. Vider la coupe et recommencer. L'expérience montrera la quantité de cubes que l'on peut broyer en une fois.

Vous constaterez que la consistance de la glace broyée change : Plus la coupe en verre se refroidit, plus la glace broyée ressemble à de la neige. Si vous préférez que vos glaçons broyés soient transparents rincez la coupe à l'eau chaude entre deux broyages et séchez-la. Plus la glace broyée est froide et sèche, plus sa qualité est bonne.

Pour faire de la Granata ou des cônes de glace broyer d'abord la glace sans y ajouter d'eau, placer la glace broyée dans un verre et verser le sirop sur la glace.

Astuces importantes:

Avant de le mettre en marche veiller à ce que le mixeur soit placé sur une surface propre et plate.

Vérifier l'assemblage correcte de l'appareil et que le joint soit bien en place avant de mettre les aliments dans la coupe. Mettre d'abord le liquide et après les morceaux consistants. Pour obtenir un meilleur résultat couper les aliments en morceaux égaux de 2 cm env. avant de les passer au mixeur. Ne pas introduire une spatule en caoutchouc dans la coupe pendant le processus de mixage. Si nécessaire arrêter d'abord le moteur. Ne jamais utiliser d'ustensils en métal qui pourraient détériorer les lames.

Avant de poser la coupe sur le socle vérifier que l'interrupteur soit en position OFF, car le moteur se met en marche aussitôt que la coupe est placée sur le socle si l'interrupteur n'est PAS en position OFF.

Bien enfoncer le couvercle avant de commencer à mixer. Ne **JAMAIS** mettre l'appareil en marche sans le couvercle. Pour actionner le bouton à impulsion appuyer sur le bas du bouton. Ce bouton sert à mettre en marche le moteur par impulsions. Utiliser cette technique pour broyer des glaçons et des fromages durs ou pour décrocher des produits collés sur les parois de la coupe. Elle est aussi indiquée pour commencer à hacher avant de passer à une vitesse lente ou plus rapide pour terminer le processus. Ne jamais placer la coupe sur le socle contenant le moteur lorsque l'interrupteur est en position ON. Pour éviter les chocs thermiques ne pas placer de glaçons ou des aliments congelés dans une coupe chaude ou vice versa. Soulever la coupe pour la retirer du socle, ne pas visser ou tourner le récipient. Si les aliments mixés restent collés sur la paroi de la coupe, arrêter le moteur, décoller les produits au moyen d'une spatule pour les ramener au centre, couvrir et continuer à mixer.

Mixer pendant quelques secondes seulement (pas des minutes), un mixage trop long dégrade la consistance des mets. Ne pas utiliser la coupe pour conserver de la nourriture.

Entretien et Maintenance:



Vérifier que l'interrupteur du mixeur se trouve en position OFF. Débranchez l'appareil du circuit électrique.

Nettoyage rapide:

La plupart du temps il n'est pas nécessaire de dévisser les lames pour nettoyer la coupe du mixeur.

Laver simplement la coupe à l'eau savonneuse chaude et rincer à l'eau courante.

Nettoyage facile après avoir fait des vinaigrettes, mayonnaises ou autres mixtures épaisses : Vider la coupe de son contenu, ajouter 1 verre d'eau chaude et une goutte de détergent à laver la vaisselle, mettre le couvercle et actionner le bouton en position High (rapide) pendant quelques instants, l'eau rincer la plupart des résidus d'aliments en tourbillonnant sur les parois de la coupe.

Répéter le processus plusieurs fois si nécessaire. Vider et rincer à l'eau chaude.

Nettoyage plus intense:

Lorsque il devient nécessaire de dévisser les lames pour un nettoyage plus conséquent, retirer la coupe du socle,

vider et renverser la coupe. Prendre le godet en plastic (situé au centre du couvercle) pour dévisser le support à lames en plaçant les deux points proéminents dans les entailles correspondantes sur le support à lames en plastic gris et tourner dans le sens de l'aiguille d'une montre (voir diagramme ci-contre). Retirer alors le support et le joint pour nettoyer la coupe à l'eau savonneuse chaude.

Attention:

Les lames sont tranchantes, manipuler avec prudence. Replacer le joint et le support dans le fond de la coupe après le nettoyage et ranger le godet à sa place dans le couvercle en tournant dans le contre-sens de l'aiguille d'une montre pour le fixer.

Nettoyage du socle:

Ne jamais immerger le socle contenant le moteur dans de l'eau. Utiliser un torchon moelleux ou une éponge avec de l'eau savonneuse chaude pour essuyer la surface du socle. Pour éviter les traces d'eau sécher au moyen d'une serviette.

Appareils électro-ménagers de Spring - Garantie limitée d'une année

Spring Switzerland donne sur sa gamme d'appareils électro-ménagers de petite taille une période de garantie d'une année à partir de la date d'achat. La garantie concerne exclusivement les défauts de fabrication ou vices de matériaux. Sont exclus tous les dommages dus à la négligence, l'utilisation abusive ou impropre du produit, notamment l'utilisation professionnelle ou toute autre utilisation dépassant sa fonction initiale. Voir les chapitres Emploi et Entretien dans ce manuel pour toute question concernant l'emploi correcte de l'appareil. La dégradation par l'usure des parties en verre, collecteurs, axes, agitateurs ou passoires sont également exclus de la garantie. D'autre part les lois relatives aux biens de consommation en vigueur en Suisse et dans l'Union Européenne sont applicables.

Si le produit exige l'assistance du service clientèle contacter notre Département Service Clientèle au numéro **1-800-955-1550**.

Schweiz und Rest der Welt:
Spring Switzerland GmbH
Hörnlistrasse 14
CH-8360 Eschlikon
Tel. +41 71 973 76 00
Fax +41 71 973 76 29

Europa:
Spring Service
Feldbergstrasse 21
D-79650 Schopfheim
Tel +49 7622 674 51 30
Fax +49 7622 619 00

Délice givré aux fruits



FRAISES:

Fruit recommandé pour le coeur, contre la cancer et les inflammations.

Les délices givrés aux fruits sont recommandés au petit déjeuner, comme dessert ou entre deux repas. Congeler les bananes pendant quelques heures dans un sachet ou une boîte en plastic. Les bananes congelées sont comparables à des glaçons. Elles donnent une consistance lisse et épaisse à cette boisson agréable.

1,5 verre (3,5 dl) jus de pommes non-filtré
1 verre (2,3 dl) rondelles de bananes épluchées congelées
1 verre (2,3 dl) pêches épluchées, coupées en lamelles ou fraises épépinées

Garniture: 1 brin de menthe fraîche ou une poignée de baies

Verser le jus de pommes dans la coupe du mixeur, ajouter les bananes et les pêches, couvrir. Appuyer 4 à 5 fois sur le bouton à impulsions pour mixer les fruits. Verser dans 3 grands verres à vin. Garnir avec la menthe et les petits fruits, servir immédiatement.

Pour 3 portions.

Frappé à la vanille light



BANANES:

Riches en potassium
fruit qui aide à baisser
la tention artérielle.

Cette boisson convient à toute personne soucieuse de son poids. Le mélange bananes, miel et glaçons se substitue parfaitement à une glace à la crème et contient du calcium, des protéines et du potassium.

2 verres de lait écrémé
1 verre de rondelles de bananes
1 cs d'extrait de vanille
2 cs de miel
cacao non-sucré (facultatif)
2 verres de glaçons

Placer tous les ingrédients les uns après les autres dans la coupe, mettre le couvercle. Actionner le bouton à impulsion plusieurs fois pour obtenir une masse lisse. Verser dans 6 grands verres, servir avec une paille.

Pour 4 portions.

Frappé Ananas-Amandes



ANANAS:

Reforcent la production d'énergie et le système de défenses antioxydantes.

Les amandes apportent à cette boisson énergétique une bonne dose de protéines. Les enfants adoreront donner un coup de main pour faire blanchir les amandes à la cuisine.

- 1/4 verre d'amandes blanchies*
- 1/4 verre de lait de riz ou de soja
- 1/4 verre jus d'ananas
- 1/2 ct de sirop d'érables
- 1 cup (2,3 dl) d'ananas frais coupé en cubes
- 1/2 cup (1,1dl) de glaçons broyés ou en cubes

Placer les amandes dans la coupe du mixeur, couvrir. Donner 4 ou 5 impulsions jusqu'à ce que les amandes soient broyées. Ajouter tous les ingrédients dans l'ordre. Couvrir. Mixer à haute vitesse pendant env. 10 secondes pour obtenir un jus lisse. Verser dans 3 grands verres et servir aussitôt.

Pour 3 portions.

* Pour blanchir les amandes (retirer leur peau) plonger les amandes dans de l'eau bouillante et faire bouillir pendant 5 minutes. Egoutter et rincer à l'eau pour les refroidir. Frotter entre les doigts pour retirer la peau brune. Sirop d'érables n amandes n jus d'ananas n lait de soja.

Givré de Mangues aux Agrumes



MANGOS:

Elles contiennent un enzyme à effet calmant pour l'estomac et du potassium qui fait du bien au coeur.

Remplacez la Margarita traditionnelle par cette boisson givrée aux fruits pour accompagner votre plat mexicain préféré et préparez-la chaque fois que vous avez envie d'une bouffée glacée aux fruits. Pour beaucoup de gens un apéritif est un plaisir irremplaçable. Si vous souhaitez vous offrir une gorgée de vin de temps en temps, pourquoi ne pas en ajouter un doigt à ce mélange délicieux de jus de fruits.

- 3 mangues, coupées en lamelles (env. 4 verres), ou 4 verres de mangue congelée
- 3 oranges moyennes sans écorce (3/4 cup, 1,8 dl de jus)
- 1 grand citron vert sans écorce (1/4 cup, 3/4 dl de jus)
- 1 citron moyen sans écorce (1/4 cup de jus)
- 1/2 cup, 1 dl de glaçons, écrasés ou en cubes
- 1/2 cup, 1 dl d'eau minérale gazeuse

Garniture: 6 fraises fraîches, pelées 1 citron vert coupé en tranches Presser les oranges, citrons verts et citrons comme indiqué.

Passer au mixeur les mangues émincées avec les jus. Ajouter les glaçons et l'eau minérale gazeuse *et mélanger pour obtenir un jus lisse. Répartir dans 6 petits verres à Martini. Poser une fraise au milieu de chaque verre et décorer le bord d'une tranche de citron vert. Ajouter une paille pour plus de couleur et de plaisir.

Pour 6 verres.

Variation: Pour un Sunrise de Mangue aux Agrumes* ajouter 1/2 verre de champagne ou de vin blanc sec oranges n citrons verts n fraises.

Potage de potiron aux pommes



POTIRON:

Une tasse de potage au potiron apporte 150% de la quantité de vitamines recommandée par jour.

Ce potage de potiron aux pommes est une surprise pour vos invités. Le fait de dorer le potiron relève sa saveur, et la pomme mariée à l'oignon ajoute un fumet irresistible. Le pesto aux noix et à la coriandre lui confèrent toute sa finesse. Facile à réaliser, ce potage apporte au corps antioxydants, carotènes, omega-3 et une série de vitamines, sels minéraux et fibres.

- 1 beau potiron (env. 1,5 kg) pelé, débarrassé des pépins et coupé en cubes
- 2 oignons moyens, pelés et coupés en quarts
- 3 gousses d'ail pelées
- 2 pommes fermes pelées, coupées en quarts, sans le trognon
- 2 cs d'huile extra vierge sel, poivre cayenne à volonté
- 1 l de bouillon de légumes

Préchauffer le four à 200°C.

Faire dorer le potiron dans une grande sauteuse avec l'huile d'olives, ajouter l'oignon, l'ail et les pommes, remuer et assaisonner de sel et de poivre de cayenne. Faire mijoter 40 minutes en remuant toutes les 10 minutes jusqu'à ce que le potiron prenne une légère couleur dorée et qu'il soit tendre. Verser $\frac{1}{2}$ l de bouillon de légumes dans la coupe du mixeur, ajouter les légumes, couvrir et mixer pendant 10 secondes à haute vitesse pour obtenir un appareil lisse. Verser dans une cocotte et répéter avec le reste du bouillon et les légumes. Chauffer le potage en remuant, rectifier l'assaisonnement et servir dans des bols chauds avec de petites boulettes de pesto à la noix et coriandre.

Pour 8 portions.

Gaspacho bicolore aux fruits



FRAMBOISES:

Elle favorisent la vue et une bonne santé du tube digestif.

Qu'y a-t-il de meilleur qu'un potage froid aux fruits parfumés aux couleurs multiples? Ce gaspacho spectaculaire rafraîchira vos après-midis chauds.

- 2,3 dl d'eau
- $\frac{1}{2}$ l de framboises fraîches (env. 3,5 verres)
- 1 (paquet de 500g) framboises surgelées non-sucrées, dégelées
- 3 cs sucre
- 4 dl d'eau minérale aux citrons verts
- 5 kiwis pelés
- 2-3 cs jus de citrons verts
- 2,5 dl melon coupé en petits dés
- 2,3 dl cantaloup émincé
- 6 feuilles de menthe fraîche

Verser l'eau et les baies dans la coupe du mixeur. Couvrir. Mixer par impulsions pour obtenir une purée. Ajouter de l'eau si nécessaire. Passer la purée au chinois pour retenir les graines. Verser la purée dans un grand bol. Ajouter l'eau minérale et remuer. Verser le kiwi et le jus de citrons verts dans le mixeur, couvrir. Donner 2 à 3 impulsions pour obtenir un appareil lisse. Servir la purée de framboises en portions égales dans 6 bols à soupe glacés. Ajouter une portion égale de purée de kiwi dans le milieu des framboises. Saupoudrer de dés de melon et de cantaloup et garnir d'un brin de menthe. Servir immédiatement.

Pour 6 portions.

Vinaigrette douce aux agrumes et poivre de cayenne



TOMATES SÉCHÉES:

Elles contiennent 12
fois plus de Lycopène
que la tomate crue!

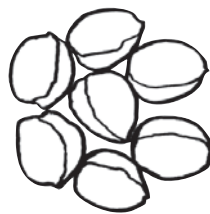
*Cette sauce froide accompagne à merveille une salade aux
feuilles d'épinards et cubes de fromage grec (fêta).*

8 tomates séchées (pas dans l'huile)
1,8 dl d'eau
1/4 verre d'huile extra vierge ou jus de pomme
1 ct poivre de cayenne
1 gousse d'ail
2 cs jus d'oranges concentré
1/4 verre de vinaigre au cidre de pommes
1 ct sauce de soja naturelle légère
1/4 ct poivre noire moulu

Faire tremper les tomates séchées dans un bol d'eau chaude pendant 20-30 minutes pour les ramollir. Verser l'eau et les tomates dans la coupe du mixeur. Couvrir la coupe. Donner 3 ou 4 impulsions pour hacher les tomates. Ajouter le reste des ingrédients et continuer à mixer à basse vitesse pour obtenir une masse crémeuse. Servir. Conserver la vinaigrette au froid.

Pour env. 2,5 dl. Ail n Huile d'olives extra vierge n jus d'oranges.

Pesto de coriandre aux noix



NOIX:

Les graisses monoin-
saturées favorisent
le système
cardiovasculaire.

*Servez ce délicieux pesto avec le potage au potiron aux
pommes ou en amuse-bouche tartiné sur des toasts. Il
accompagne à merveille les légumes crus en apéritif.*

1/4 verre d'eau (env.)
5 dl de feuilles de coriandre (sans les tiges)
1 cs de vinaigre de cidre
1 piment épépiné haché
2,5 dl de noix
1/2 ct sel

Placer tous les ingrédients dans la coupe du mixeur dans l'ordre. Couvrir. Appuyer plusieurs fois sur le bouton d'impulsion pour combiner les ingrédients en ajoutant un peu d'eau si nécessaire. Goûter et rectifier l'assaisonnement de sel. Conserver le pesto au réfrigérateur dans un récipient fermé ou au congélateur.

Pour env. 2,5 dl.

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using electrical appliances, basic safety precautions should always be followed, including the following:

1. Read all instructions before using the Blender
2. To protect against the risk of electrical shock do not immerse cord, plug and base of the blender in water or other liquid.
3. Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
4. Unplug from the outlet when not in use, before putting on or taking off parts, and before cleaning.
5. Avoid contacting moving parts.
6. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug, or after the appliance malfunctions, or has been dropped or damaged in any manner. Contact your nearest authorized service station to arrange for examination, repair or electrical or mechanical adjustment.
7. The use of attachments not recommended or sold by the manufacturer may cause fire, electrical shock or injury, and is therefore prohibited.
8. Do not use outdoors or when standing in a damp area.
9. Do not allow the cord to hang over the edge of a table or counter, or touch hot surfaces.
10. Keep hands and utensils out of the container while blending to reduce the risk of severe injury to persons or damage to the blender. A scraper may be used but only when the blender is not running.
11. **Blades are sharp. Handle with care.**
12. To reduce risk of injury never place the cutter assembly blades on the base without the jar properly attached.
13. Always operate the blender with the cover in place.
14. When processing hot liquids, remove the clear plastic center insert from the two piece cover.
15. Do not use the appliance for anything other than its intended use.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

HOUSEHOLD USE ONLY

This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). To reduce the risk of electric shock, this plug is intended to fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fully fit into the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to modify the plug in any way to defeat this safety feature.

A long power supply cord is provided. Be certain to arrange the cord so that it will not drape over a counter top or tabletop where it can be pulled on by children or tripped over accidentally.

CONTENTS

	Page
Parts Identification	44–45
Introduction, Before Using for the First Time, Assembly Instructions	46–47
How to Use Your Electric Two Speed + Pulse Blender, Blending Speeds	47–48
Blending Hot Foods, Ice Crushing Information	48–49
Additional Important Information	49
Care and Maintenance, More Thorough Cleaning Method, Cleaning the Base	50
Warranty Information	51
Recipes	52–59

Parts:



Features:

1. Plastic Cup with Air Hole in Center/ Blade Removal

This removable piece allows you to add ingredients to the blender without removing the cover. It is also used when making mayonnaise and salad dressings. The oil is poured slowly through the hole so that it incorporates and helps emulsify the dressing. The final use for this cup/tool is to remove the blade assembly from the blender Jar for easy cleaning, in the section More Thorough Cleaning of Blades (page 8)

2. Cover

Heavy duty plastic cover fits snugly into the blender jar to prevent leakage. It is always used during blending.

3. Glass Jar

The large (48 ounce) heavy duty glass blender jar has cup measurements on the side which eliminates the need for additional measuring cups.

4. Silicone Gasket

The small black rubber gasket fits onto the blade assembly insuring a tight fit and no leakage.

5. Blade Assembly

This detachable stainless steel four blade assembly with silicon gasket is especially designed to enable you to do all your blending chores as well to crush and grind hard items such as ice, coffee and hard cheeses.

6. Base with rubber feet

The base houses a heavy duty 700 watt motor, which provides professional strength and performance. The rubber feet help to stabilize the base and keep it from moving when the blender is on.

7. Pulse Button

The black button above the Switch is the Pulse button. Press down on the bottom part of the button to activate the motor. Continue pressing the button in short pulsing spurts until the food is blended.

8. Off/ Hi/Low Switch

Check to see that the Switch is always in the OFF position before placing blender jar on the base. This is very important since the motor will start as soon as the container is placed on the base if the switch is NOT in the OFF position. To turn the blender on to High, flip the switch into the up position. The middle position is the OFF position. To turn the blender on to LOW, flip the switch into the down position.

9. Power Cord

The blender has a long cord with a polarized plug to reduce the risk of electric shock. This plug is intended to fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fully fit into the outlet, reverse the plug.

Getting to Know Your Electric Two Speed + Pulse Blender

Your new Spring two speed Stainless Steel Base is a powerhouse that can crush ice, make drinks, puree vegetables, make salad dressings, puree hot soups and sauces and help in the preparation of any other recipes that call for a blender. The 48 ounce heavy duty glass container allows you to do large recipes and make several drinks at a time. The stainless steel blades are strong enough to crush ice without the addition of water. It's easy to use, two speeds and a pulse is all you need, we have eliminated the need to figure out what speed to use for each blender task. Simply use low for thin mixtures, or liquids and high for thicker more complex blending or when you want foam on your drink. The Pulse setting is perfect for crushing ice and hard items such as cheeses and spices. The food is thrown on and off the blades so that it comes into intermittent contact with the blades until the blending is completed. Keep your new blender on your counter. The more you use it, the easier your food preparation will be.

Before Using for the First Time:

1. Carefully unpack making sure to keep all paperwork.
2. Wash the blender container in warm soapy water, rinse and dry.
3. Read this use and care manual carefully before using the blender for the first time.
Keep it in a safe place for future reference.

Assembly Instructions:



Fit the silicone gasket in the ridge below the blades on the plastic assembly. (see diagram on this page). Turn the blender container upside down and place it on a level, flat surface. Place the blade assembly into jar opening and turn it counter clockwise to secure it firmly in place.

Note: The blender jar may leak if the blade assembly is not assembled and tightened correctly.

If you see any water bubbling around the collar of the blender, empty the jar and reassemble making sure that the assembly unit is very tight. Place illustration of assembly along side of the instruction.

IMPORTANT: Always handle the blades with care, they are extremely sharp.

How to Use Your Electric Two Speed + Pulse Blender:

Place the motor base of the blender onto a clean dry flat surface.

Plug the blender into a polarized outlet.

Be sure that you have assembled the blender correctly (see diagram in the Identification of Parts section on page 3 of this booklet) after dismantling and before using.

Check to see that the blender switch is in the OFF position before placing it on the base. This is very important since the motor will start as soon as the jar is placed on the base if the switch is **NOT** in the OFF position.

Place the empty blender jar on the base and then add in the ingredients. Place the food to be blended into the blender jar using your recipe as your guide. It is important to remember that liquids should be added before solids and before ice. This will insure more consistent blending and prevent added stress on the motor.

Do not fill the jar past the 5 cups mark. You need to allow room for the action of the blades. When blending at that level it is wise to hold your hand above the cover to be sure that the power of the motor does not lift the cover when the action starts.

If the blades become blocked or jammed during operation, turn the motor off. Remove the jar from the base and dislodge the food or ice from the blades. Replace the cover and place jar back on the base. Continue blending as directed in your recipe

If you remove the blender jar from the base after use and then return it to the base for additional blending be certain that the switch is in the OFF position and the cover is securely in place on the container before placing the jar onto the base. The motor will start as soon as the container is placed on the base.

Blending Speeds:

Your Spring Blender has Low and High speeds and a Pulse setting.

Low Speed - This is a slow, less powerful setting. Use this speed for light weight mixtures.

To Use: Flip the Switch to the downward position.

High Speed- Use this more powerful speed for heavier mixtures.

Pulse- Use for quick chopping and pre-blending.

Blending Hot Foods:

Hot foods expand when blended. You are generally advised to remove the plastic insert piece from the center of the lid when blending hot food.

It is important not to overfill the blender jar especially when blending hot foods.

Blend hot food in small batches of about 2 cups at a time. It is important to blend on LOW. You should always hold your hand on or above the lid when blending hot foods because if you overfill or accidentally blend on high the lid may raise and there is a possibility of hot food escaping.

Once the blending has begun you can pour additional liquid into the Jar. Continue blending until smooth.

Ice Crushing Information:

The secret to successful ice crushing without adding any additional water is not to crush too many cubes at one time. It take less than 30 seconds to crush 6-8 medium size cubes so doing the crushing in batches doesn't really take much time. The size of the cubes dictates the number of cubes that can be successfully crushed at one time. The smaller the cubes the more you can do. The way to know how many cubes you can do at once is to try it out. Start with 6 cubes if they are large and square. If they are ? moon shape like those from an automatic ice maker you can start with 8 to 10. Place the blender jar on the base. Put the ice into Jar. Cover and then Pulse on and off four or five times or until all the ice is crushed. If no large chunks remain in the center of the jar you have done less than you can or the right amount. Empty the jar and start again, adding a couple of more cubes. If all the ice is crushed then you can do that amount,

if there are large pieces left go back to the smaller amount. Experimenting with amounts and size of cubes will tell you just how many cubes to do at once. If you are making more than one batch of crushed ice you may notice that the consistency of the ice changes. The colder the glass becomes the more like snow the ice will appear. If you want your ice to be clear, rinse the blender container with warm water between batches and dry the container before starting again. When crushing ice, the more frozen and drier the ice the better the results will be. When you are making sno-cones do not add any liquid or water to the ice before or while crushing. Crush the ice first, remove it from the blender container and then pour the syrup over the ice.

Additional Important Information:

Make sure that your blender is on a clean flat surface before using. Make sure that the container is assembled correctly and that the gasket is in place before adding the food to the container. Always add liquids to the blender container first, then add the remaining ingredients. Cut food to be blended into small uniform pieces, about 1/2 inch in size to achieve a uniform result. Never use a rubber spatula when the motor is running. If needed, turn the blender off before scraping down the side. Never use metal utensils as they damage the blades. Check to see that the blender switch is in the OFF position before placing it on the base. This is very important since the motor will start as soon as the container is placed on the base if the switch is NOT in the OFF position. Be sure to press down firmly on the cover before blending. **NEVER** blend without the cover in place. To operate the Pulse Button press the lower raised section down. The Pulse button allows the motor to work in spurts. Use this setting to chop ice and hard cheese or to move food that is stuck to the side of the jar. It can be used to start the cutting action and then the low or high speed can be used to finish the blending, if desired. Never place the blender jar on the base while the Switch is in On position Do not put ice or frozen food into a hot blender container and do not put hot food into a blender that has been in the refrigerator. To remove the blender container from the base lift it straight up, do not twist to remove. Always turn the blender OFF before removing the blender container from the base. Thick mixtures may require attention during blending. Turn the blender off, scrape down the sides with a rubber spatula feeding the remaining food to be blended into the center of the container over the blades. Cover and pulse on and off until blended. Repeat the process as needed Blend for seconds, not minutes. Over blending will result in a loose consistency. Never store food in the blender container.

Care and Maintenance:



Be sure the blender switch is in the off position. Unplug the blender from the wall outlet.

Quick Cleaning Method:

Most times it will not be necessary to remove the blades to clean the blender container. Simply wash the blender container in warm soapy water and rinse with clear water. Here is an easy fix cleanup to use after making salad dressing, mayonnaise or other thick mixtures. After removing the food from the blender container, add about 1 cup of warm water and a drop of liquid dishwashing detergent. Cover the container and flip the ON/OFF switch to High. Run for several seconds. The whirling water will remove most of the food that is clinging to the sides of the container. Repeat the process if needed. Pour the water out of the jar and rinse with warm water.

More Thorough Cleaning Method:

When you do find it is necessary to remove the blades to do a more thorough cleaning, remove the blender container from the base and empty its contents. Turn the blender container upside down. Use the plastic cap (blade removal tool) from the middle of the lid. To remove the blade assembly from the glass container fit the two plastic nubs that protrude from the rim of the tool, into the notches in the grey plastic housing of the blade assembly and turn in a CLOCKWISE direction, (see diagram on this page). The blade assembly will loosen. Tilt it in either direction and remove the blade assembly from the container. Remove the rubber gasket and carefully wash the blade assembly in warm soapy water.

Caution:

The blades are very sharp so be very careful when washing them by hand. After you finish washing the blade assembly and the blender container, replace the gasket and fit the blade assembly back into the blender container. Fit the plastic blade removing tool into the grooves and turn in a Counter Clockwise direction to tighten.

Cleaning the Base: Never submerge the motor base in water.

Use a damp soft cloth or sponge with warm soapy water to wipe the surface of the base clean. To avoid water spotting and streaking, dry with a soft dry cloth.

Spring Kitchen Electrics One Year Limited Warranty

Spring Switzerland provides a one year, from date of original purchase, limited warranty against defects due to faulty workmanship or materials on it's line of small kitchen electric appliances. This warranty is limited to the extent that it does not cover damages caused by neglect, abuse or improper product use, including commercial use or any other use for which it was neither designed nor intended. Please see the section in this manual on Use and Care for any questions on it's proper use. Further this warranty does not cover parts subject to normal wear or accidental damage, such as glass parts or containers, blades, agitators or filter baskets. Spring Switzerland also expressly disclaims any responsibility for consequential damages for any incidental losses caused by the use of it's products. Any warranty of merchantability or fitness for a particular purpose with respect to this product is also limited to the one year limited warranty period. Some jurisdictions do not allow disclaimer of the implied warranty with respect to consumer goods, so the foregoing disclaimer may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights which vary by jurisdiction.

If your product requires service or support, please contact our Customer Service Department at **1-800-955-1550** for assistance.

Schweiz und Rest der Welt:

Spring Switzerland GmbH

Hörnlistrasse 14

CH-8360 Eschlikon

Tel. +41 71 973 76 00

Fax +41 71 973 76 29

Europa:

Spring Service

Feldbergstrasse 21

D-79650 Schopfheim

Tel +49 7622 674 51 30

Fax +49 7622 619 00

Frozen Fruit Smoothie



STRAWBERRIES:

Heart-protective,
anti-cancer and
anti-inflammatory fruit.

Frozen fruit smoothies are great for snacks, breakfast, or an after-dinner pleasure. You'll need to freeze the bananas for a couple of hours in a zip lock bag or lidded plastic container. Frozen bananas act like fruity ice cubes, giving the smoothie a thick consistency that makes it so much fun to drink.

1,5 cups juice unfiltered apple juice

1 cup peeled and sliced bananas, frozen

1 cup peeled and sliced fresh peaches, or washed, hulled and sliced strawberries

Garnish: 1 sprig of fresh mint or a handful of fresh berries.

Pour apple juice into the blender container add the bananas and peaches, Cover. Pulse on and off 4 or 5 times until the fruit is chopped and the drink is blended. Pour into 3 large wine glasses. Garnish with mint and fruit and serve immediately.

Makes 3 servings.

Low Fat Vanilla Shake



BANANAS:

Potassium-rich fruit
that aids in lowering
blood pressure.

I came up with this concoction when my diabetic niece was craving a sweet cool treat. The banana, honey, and ice are a good substitute for ice cream, as they thicken, sweeten, and chill this creamy dessert drink. This is a great way to satisfy a sweet tooth without all the fat and sugar you'll find in a regular shake. And this delicious delight is a great way to sneak some calcium, protein and potassium into your kids, as well as yourself.

2 cups skim milk

1 cup sliced bananas

1 tablespoon pure vanilla extract

2 tablespoons honey

Place all ingredients in the order listed into the blender. Cover. Pulse on and off several times until the mixture is well blended. Pour into 6 tall glasses and serve with a straw.

Makes 4 servings.

Pineapple Almond Shake



PINEAPPLES:

Boost energy
production and
antioxidant defenses.

The almonds in this invigorating shake make it a terrific source of protein and blanching your own almonds is a great kitchen activity for kids.

- 1/4 cup blanched almonds*
- 1/4 cup rice milk or soy milk
- 1/4 cup pineapple juice
- 1/2 teaspoon pure maple syrup
- 1 cup roughly chopped fresh pineapple
- 1/2 cup ice crushed or cubes

Place the almonds in the blender container. Cover. Pulse on and off 4 or 5 times until the almonds are ground. Add all the remaining ingredients in the order listed. Cover. Blend on high until smooth about 10 seconds. Pour into three large glasses and serve.

Makes 3 servings.

* To blanch almonds (remove their skins). Drop them into a small saucepan of boiling water, and boil for 5 minutes. Strain the almonds and rinse with cold water to cool them. With your fingers, rub and squeeze the almonds to remove the brown skins, which will slide off easily. This is the part that children love.

Citrus Mango Freeze



MANGOS:

Contain an enzyme
with stomach soothing
properties and
potassium that's good
for your heart.

Serve this delicious all natural frozen fruit drink with your favorite Mexican food, as an alternative to the standard Margarita, or have it anytime you're in the mood for a cold blast of blended fruit. An occasional cocktail is something many people enjoy. Much has been written lately about the benefits of wine so if you want to indulge once in awhile why not try adding some white wine to this delicious fruit drink.

- 3 mangos, sliced (about 4 cups), or 4 cups frozen mangos
- 3 medium oranges, juiced (3/4 cup juice)
- 1 large lime, juiced (1/4 cup juice)
- 1 average lemon (1/4 cup juice)
- 1/2 cup ice, crushed or cubes
- 1/2 cup seltzer water

Garnish: 6 fresh strawberries, hulled, 1 lime, sliced

Juice the oranges, limes and lemons as directed. Put the mango slices and juices in a blender. Add the ice and seltzer *and blend until smooth. Divide among 6 small martini glasses. Drop 1 strawberry in the middle of each and garnish the rim with a lime slice. Add fancy straws for more color and fun.

Makes 6 drinks.

Variation: For a Citrus Mango Sunrise* add 1/2 cup champagne or dry white wine.

Roasted Winter Squash and Apple Soup



SQUASH:

A one cup serving of winter squash

provides nearly 150% of the recommended daily requirements for vitamin C.

I think this rich soup is a showstopper. See if conversation doesn't come to a halt when people taste it at your table. Roasting brings out striking depth of flavor in the squash, and the combination with apples and onions is irresistible. The Cilantro Walnut Pesto on top put it over the top. I dream about this soup. You will be delighted to find out how easy it is to make. You get all sorts of goodies here: antioxidants carotenes from the squash, omega-3 fatty acids from the walnuts, and plenty of vitamins, minerals and fiber.

- 1 large winter squash (about 2,5 pounds), such as butternut buttercup, or kabocha, peeled, seeded, and cut into 2 pieces
- 2 medium onions, peeled and quartered
- 3 cloves garlic, peeled
- 2 tart apples, peeled, cored and quartered
- 2 tablespoons extra virgin olive oil
- Salt and red chili powder to taste
- 4- 5 cups vegetable stock

Preheat oven to 400 degrees F.

In a large roasting pan, toss the squash, onions, garlic, and apples with the oil to coat. Season well with the salt and chili powder. Roast, stirring every 10 minutes, until the vegetables are fork tender and lightly browned, about 40 minutes. Pour 2 cups of broth in the blender container. Add $\frac{1}{2}$ the roasted vegetables. Cover. Blend on high for 10 seconds or until smooth. Pour the pureed soup into a saucepot. Repeat the process with 2 cups of stock and the remaining roasted vegetables. Stir in the remaining stock and heat until hot. Correct the seasoning and heat to a simmer. Serve in warm bowls with dollops of Cilantro Walnut Pesto.

Makes 8 servings.

Two Colored Fruit Gazpacho



RASPBERRIES:

Beneficial to your vision as well as promoting a healthy digestive tract.

What is more pleasurable to eat than a fruit soup? It isn't only great to eat; it is good to look at because of the color. This gazpacho will cool you and your friends and family off on any warm afternoon.

- $\frac{1}{2}$ cup water
- 1 pints fresh raspberries (about 3,5 cups)
- 1 (20 ounces package) unsweetened frozen raspberries, defrosted
- 3 tablespoons sugar
- 16 ounces lime flavored sparkling water
- 5 kiwi fruits, peeled
- 2-3 tablespoons freshly squeezed lime juice
- 1 cup finely diced honeydew, melon
- 1 cup finely chopped cantaloupe
- 6 fresh mint leaves

Place the water and the berries in the blender container. Cover. Pulse on and off until the berries make a puree. Add additional water if needed to facilitate the blending. Strain the berry puree through a sieve to trap the seeds. Transfer the strained raspberry puree to a large bowl. Add the sparkling water and stir well. Place the kiwi and lime juice into the blender. Cover. Pulse on and off 2 or 3 times until pureed. Ladle equal amounts of raspberry puree into 6 individual chilled soup bowls. Ladle equal amounts of the kiwi puree into the center of each soup bowl in the middle of the raspberry. Sprinkle the honeydew and cantaloupe around each bowl and garnish with a sprig of mint. Serve immediately.

Makes 6 servings.

Citrus and Mild Red Chili Dressing



TOMATES SÉCHÉES:

Have 12 times the
amount of lycopene
than a raw tomato!

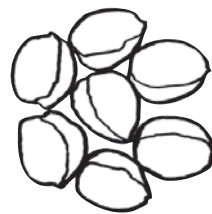
The prominent taste of this dressing goes wonderfully on spinach leaves tossed with crumbly tangy feta cheese.

- 8 sun-dried tomatoes (dried in a package, not in oil)
- $\frac{3}{4}$ cup hot purified water
- $\frac{1}{4}$ cup extra virgin olive oil, or apple juice
- 1 teaspoon chili powder
- 1 clove garlic
- 2 tablespoon orange juice concentrate
- $\frac{1}{4}$ cup apple cider vinegar
- 1 teaspoon natural soy sauce such as tamari, or low sodium soy sauce
- $\frac{1}{4}$ teaspoon freshly ground black pepper

Soak the sun-dried tomatoes in a bowl of hot water for 20-30 minutes until they become soft and plump. Pour the water and tomatoes into the blender container. Cover. Pulse on and off 3 or 4 times until chopped. Add the remaining ingredients and continue to blend on low speed until creamy. Serve. Refrigerate leftovers.

Makes about 1 cup.

Cilantro Walnut Pesto



WALNUTS:

Monounsaturated fats
benefit the
cardiovascular system.

Spoon this interesting pesto into Roasted Winter Squash and Apple Soup or use as a dip or spread.

- $\frac{1}{4}$ cup purified water (approx.)
- 2 cups cilantro leaves, stems removed
- 1 tablespoon cider vinegar
- 1 jalapeno pepper, seeded and chopped
- 1 cup walnut pieces
- $\frac{1}{4}$ teaspoon salt

Place all ingredients in the blender in the order listed. Cover. Pulse on and off several times until the mixture starts to combine. Add additional water to the container if necessary. Taste and correct the seasoning, adding more salt if necessary. Keep any leftover pesto in the refrigerator in a tightly covered container or freeze for future use.

Makes about 1 cup.

IMPORTANTI PRECAUZIONI

Nell'utilizzo di apparecchiature elettriche è necessario seguire le precauzioni di sicurezza di base, incluse le seguenti:

1. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare il frullatore.
2. Non immergere mai in acqua o altri liquidi il cavo, la spina e la base del frullatore al fine da proteggersi da scosse elettriche.
3. E' necessario una stretta vigilanza quando l'apparecchio è usato da bambini o nelle loro vicinanze.
4. Disinserire la spina del frullatore quando dopo l'uso, prima di aggiungere o togliere componenti o prima di pulirlo.
5. Evitare il contatto con parti mobili.
6. Non utilizzare l'apparecchio se presenta danni al cavo o alla spina o dopo averne accertato un funzionamento anomalo o un suo danneggiamento in qualsivoglia maniera. Contatti il servizio clientela più vicino per una verifica, la relativa riparazione e l'eliminazione di difetti elettrici o meccanici.
7. E' vietato l'utilizzo di collegamenti accessori non raccomandati o venduti dal fabbricante, giacché potrebbero provocare incendio, scosse elettriche o danni.
8. Non usare l'apparecchio all'aperto.
9. Non permettere che il cavo penda oltre il limite del tavolo o del bancone o venga a contatto con superfici calde.
10. Non introdurre le mani ed utensili nel contenitore durante il processo di frullatura per ridurre il rischio di grave ferimento a persone o danni al frullatore. Si potrà utilizzare un raschietto soltanto quando il frullatore non è in funzione.
11. **Le lame sono affilate. Manipolare con attenzione.**
12. Per ridurre il rischio di ferimento non piazzare l'unità di lama da taglio sulla base senza che il recipiente sia appropriatamente montato.
13. Azionare sempre il frullatore con il coperchio in posizione.
14. Se durante il funzionamento vi sono all'interno del frullatore liquidi caldi, rimuovere il centro del coperchio trasparente in plastica inserito tra i due pezzi del coperchio.
15. Non utilizzare l'apparecchio per scopi a cui non è destinato.

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI

AD ESCLUSIVO USO DOMESTICO

L'apparecchio ha una spina polarizzata dotata di due lame (una più ampia dell'altra). Per ridurre rischi di scosse elettriche, la spina è stata concepita per essere introdotta in una presa polarizzata a senso unico. Se la spina non si incastra interamente nella presa, introdurre la spina girandola. Se non entra ancora, contattare un elettricista qualificato. Non tentare in alcun modo di modificare la spina per non disattivare il sistema di sicurezza.

L'apparecchio è provvisto di un lungo cavo. Si assicuri di posizionare il cavo in modo che non penda dal bancone o da qualsiasi piano, laddove potrebbe essere tirato da bambini o vi si potrebbe accidentalmente inciampare.

CONTENUTI

	Pagina
Parti identificative	64–66
Introduzione prima dell'utilizzo, istruzioni di assemblaggio	66–67
Come utilizzare il vostro frullatore elettrico a due velocità, e ad impulso, le velocità di frullatura	67–68
Frullare cibi caldi, informazioni sulla triturazione del ghiaccio	68–69
Informazioni aggiuntive importanti	69–70
Cura e manutenzione, pulizia dell'interno, pulizia della base	70–71
Informazioni sulla garanzia	71
Ricette	72–79



Caratteristiche:

1. Tappo di plastica con apertura di riempimento/utensile per rimuovere la lama

Questo pezzo removibile le permette di aggiungere ingredienti al frullatore senza rimuovere il coperchio. E' anche usato per preparare la maionese o le salse per l'insalata. L'olio è versato lentamente attraverso il foro in modo da amalgamarsi e da aiutare ad emulsionare la salsa. Lo scopo ultimo di questo tappo/utensile è quello di rimuovere il corpo delle lame dal recipiente del frullatore per facilitarne la pulizia. Si confronti la sezione sulla pulizia interna delle lame.

2. Coperchio

Coperchio in plastica dura che si adatta perfettamente al recipiente del frullatore per prevenire la fuoriuscita del contenitore. Esso va sempre usato durante ogni procedimento di frullatura.

3. Recipiente di vetro

Il recipiente di vetro, dal vetro di sicurezza dal peso di 48 once, presenta delle tacche di misurazione ai lati, corrispondenti a delle tazze, che rendono superfluo nella misurazione l'utilizzo di ulteriori misurini.

4. Guarnizione di silicone

La piccola guarnizione in gomma nera si adatta perfettamente alle componenti delle lame assicurando un preciso e sicuro inserimento e previene la fuoriuscita del contenuto.

5. Corpo delle lame

Questo corpo removibile di quattro lame in acciaio inossidabile con guarnizione in silicone è stato specialmente concepito per permetterle di effettuare tutti i suoi lavori di frullatura, così come la triturazione e macinatura di cibi duri come ghiaccio, caffè e formaggi a pasta dura.

6. Base con piedini di gomma

La base ospita un pesante motore a 700 watt, che offre forza e prestazioni professionali. Grazie ai piedini di gomma la base è stabile e si evitano movimenti durante la frullatura.

7. Interruttore ad impulso

Il pulsante nero sopra l'interruttore di velocità è l'interruttore ad impulso. Premere sulla parte inferiore del bottone per attivare il motore. Continuare a premere il bottone a brevi scatti fino a quando il cibo non è frullato.

8. Interruttore di velocità

Prima di posizionare il recipiente del frullatore sulla base controllare che l'interruttore di velocità sia sempre sulla posizione OFF. Il motore parte difatti subito dopo che il contenitore viene posto sulla base se l'interruttore non è inserito su OFF.

Per fare girare il frullatore ad alta velocità, posizionare l'interruttore sulla posizione superiore.

La posizione intermedia corrisponde alla posizione OFF. Per fare girare il frullatore a bassa velocità, mettere l'interruttore sulla posizione inferiore.

9. Cordone elettrico

Il frullatore ha un lungo cordone con una spina polarizzata per ridurre il rischio di scosse elettriche. Questa spina è concepita per essere inserita su una presa polarizzata solo da un lato. Se la spina non entra completamente nella presa introdurre la spina girandola.

Conosci il tuo frullatore elettrico con regolatore di velocità e interruttore ad impulso

Il vostro nuovo frullatore a due velocità in acciaio inossidabile di Spring è un elettrodomestico che sa tritare ghiaccio, fare bibite, puree di verdura, salse per l'insalata, passare minestre calde e ridurle a puree, fare salse e sa aiutarla nella preparazione di molte altre ricette che richiedono un frullatore. Il solido recipiente di vetro di 48 once le permette di realizzare grandi quantità di pietanze e diverse bevande tutti in una volta. Le lame in acciaio inossidabile sono forti abbastanza per rompere il ghiaccio senza aggiungere acqua. E' facile da usare, deve usare solo due velocità ed un interruttore ad impulso e non deve più pensare quale velocità usare per ogni processo di frullatura. Usi semplicemente la bassa velocità per misture di poca consistenza o liquidi e l'alta velocità per frullare ingredienti più densi e più compatti o quando vuole montare a schiuma la sua bibita. L'impostazione ad impulso è invece perfetta per tritare ghiaccio e altri cibi duri quali formaggi e spezie. Gli ingredienti sono spinti dalle lame verso l'alto per poi ricadere su di esse, fintanto che il processo di frullatura non è terminato. Tenga il suo frullatore sul banco di lavoro. Più lo usa più facile sarà la preparazione dei suoi cibi.

Prima di utilizzare l'apparecchio la prima volta:

1. Spacchettare con cura assicurandosi di non perdere le istruzioni.
2. Lavare il contenitore del frullatore con acqua calda saponata, risciacquare e asciugare.
3. Leggere attentamente queste istruzioni d'uso e di manutenzione prima di utilizzare il frullatore la prima volta. Conservarle quale riferimento futuro.

Istruzioni di assemblaggio:



Inserire la guarnizione in silicone nell'increspatura sotto le lame nel corpo in plastica (vedi schema su questa pagina). Capovolgere il contenitore del frullatore e collocarlo su di una superficie piana a livello. Piazzare il corpo delle lame nell'apertura del contenitore di vetro e farlo girare in senso orario assicurandosi che sia stato posizionato in modo sicuro.

Avvertenza: Il contenuto del contenitore del frullatore può fuoriuscire se il corpo in lame non è assemblato e avvitato correttamente.

Se vede dell'acqua ribollire attorno al collo del frullatore, svuota il contenitore e lo riassambla, assicurandosi che l'unità di assemblaggio sia stata veramente avvitata. Mettere le immagini accanto alle istruzioni di assemblaggio.

IMPORTANTE: manipolare sempre con precauzione le lame poiché sono estremamente affilate!

Come usare il frullatore elettrico ad impulso a due velocità

Collocare la base del motore del frullatore su di una superficie piana ed asciutta. Inserire il frullatore in una presa polarizzata.

Assicurarsi che il frullatore sia stato assemblato correttamente (vedi schema nella sezione "identificazione delle parti del presente libretto di istruzioni) dopo averlo smontato e prima dell'uso. Verificare che l'interruttore del frullatore sia in posizione OFF prima di collocarlo sulla base. Ciò è molto importante dal momento che, se l'interruttore non è in posizione OFF, non appena il contenitore è collocato sulla base del frullatore il suo motore si azionerà. Collocare il contenitore vuoto del frullatore sulla base ed aggiungervi gli ingredienti. Versare il cibo da frullare nel contenitore del frullatore e seguire la vostra ricetta. E' importante ricordarsi che sostanze liquide devono essere aggiunte prima di ingredienti solidi o del ghiaccio. Questo assicurerà una frullatura più omogenea e preverrà uno sforzo supplementare del motore.

Non riempire il recipiente oltre le 5 tacche. Lasciate lo spazio necessario per il funzionamento delle lame. Se il contenitore è riempito oltre le 5 tacche è opportuno tenere una mano sul coperchio per assicurarvi che la potenza del motore non sollevi il coperchio quando è azionato.

Se le lame si bloccano o si inceppano mentre il frullatore funziona, spegnere il motore. Rimuovere il recipiente dalla base e rimuovere il cibo od il ghiaccio dalle lame. Riposizionare il coperchio ed il recipiente sulla base. Continuare a frullare secondo le istruzioni della vostra ricetta.

Se rimuove il recipiente del frullatore dalla sua base dopo l'uso ed in un secondo tempo lo riposiziona sulla base in vista di frullare nuovamente, si assicuri di posizionare l'interruttore sulla posizione OFF e che il coperchio sia al suo posto prima di collocarlo sulla base. Il motore verrà azionato non appena il contenitore è collocato sulla base.

Velocità di frullatura:

Il suo frullatore Spring ha un'impostazione di velocità, bassa, alta e ad impulso. Velocità bassa. E' un'impostazione lenta, meno potente. Si usa tale velocità per ottenere miscele leggere. Come usarla: girare l'interruttore sulla posizione verso il basso.

Velocità alta: si usa la velocità alta per le miscele più compatte.

Uso ad impulso: Si usa per affettare velocemente dei cibi e per una prefrullatura.

Frullare cibi caldi:

I cibi caldi, se frullati aumentano di volume. Per questa ragione si consiglia di rimuovere l'inserito di plastica al centro del coperchio quando si frullano cibi caldi. Faccia in modo di non riempire troppo il recipiente del frullatore frullando cibi caldi. Frullate sempre cibi caldi in piccole quantità, di circa 2 tazze alla volta. E' importante frullare a bassa velocità. Per frullare cibi caldi è necessario tenere sempre una mano sul coperchio per evitare il traboccare o, nel caso di un'accidentale frullatura ad velocità alta, l'innalzarsi del coperchio e la fuoriuscita del cibo. Non appena ha iniziato la frullatura può versare ulteriormente del liquido nel recipiente. Continuare a frullare finché il tutto non è ben amalgamato.

Informazione sulla tritatura di ghiaccio:

Il segreto di un'ottimale tritatura del ghiaccio senza aggiunta di acqua consiste nel non tritare troppi cubetti alla volta. Occorrono meno di 30 secondi per tritare 6-8 cubetti di media grandezza. Il tritare a piccole quantità non prende troppo tempo. La dimensione dei cubetti di ghiaccio determina il numero dei cubetti che possono essere contemporaneamente tritati. Più piccoli sono, tanto maggiormente ne possono essere tritati.

Saprà quanti cubetti tritare alla volta, soltanto provando. Incominci con 6 cubetti se sono grandi e quadrati. Se sono a forma di mezzaluna come quelli che escono dalle ghiacciatrici automatiche, può iniziare con 8 -10 cubetti. Mettere il contenitore del frullatore sulla base. Inserire il ghiaccio nel contenitore. Lo chiuda e poi preme ON/OFF per quattro o cinque volte o fino a quando il ghiaccio non sarà tritato. Se non rimane alcun grosso frammento di ghiaccio al centro del contenitore, significherà che ha messo una quantità di ghiaccio giusta e che avrebbe potuto eventualmente tritarne di più. Svuoti il contenitore e ricominci, aggiungendo un paio di cubetti in più. Se tutto il ghiaccio è tritato allora avrà trovato la giusta misura, se sono rimasti grossi frammenti torni a mettere una quantità minore di cubetti. Sperimentando le quantità e grandezze dei cubetti saprà quanti cubetti inserire nel frullatore alla volta. Se dovesse tritare il ghiaccio in più volte, si accorgerà che la consistenza del ghiaccio cambia. Tanto più freddo è il vetro del recipiente, quanto più il ghiaccio apparirà come neve. Se vuole che il suo ghiaccio sia limpido, risciacqui il contenitore del frullatore con acqua calda tra una dose e l'altra e poi lo asciughi prima di riiniziare. Tanto più freddo e secco è il ghiaccio tritato, quanto migliore sarà il risultato. Se sta facendo della granatina non aggiunga alcun liquido o acqua nel ghiaccio prima o durante la tritatura. Triti dapprima il ghiaccio, lo tolga dal contenitore del frullatore e metta in seguito lo sciroppo sul ghiaccio.

Informazione aggiuntiva importante:

Si assicuri che il frullatore sia posto su di una superficie piatta e pulita prima dell'uso. Si assicuri che il contenitore sia assemblato correttamente e che la guarnizione sia inserita prima di aggiungere cibo nel contenitore. Aggiunga sempre prima i liquidi nel frullatore e poi gli ingredienti rimanenti. Per ottenere un risultato uniforme tagli il cibo che deve essere frullato in piccoli pezzi uniformi della grandezza di circa $\frac{1}{2}$ pollice. Non usi mai una spatola di gomma quando il motore è in funzione. Se necessario spenga il frullatore prima di raschiare la parete. Non usare mai utensili di metallo che possono danneggiare le lame. Verificare che l'interruttore del frullatore sia sulla posizione OFF prima di collocarlo sulla base. E' molto importante, dal momento che, se l'interruttore non è in posizione OFF, il motore partirà non appena il contenitore è piazzato sulla base. Si assicuri di aver posizionato il coperchio in modo sicuro prima di frullare. MAI frullare senza avere posizionato il coperchio. Per azionare l'interruttore ad impulso preme sulla seconda parte più bassa dell'interruttore. Il bottone ad impulso permette al motore di lavorare a scatti. Usi questa posizione per tritare il ghiaccio e formaggi duri o per rimuovere il cibo che si è attaccato sul lato del contenitore. Può essere usato per iniziare l'azione di taglio per poi proseguire la frullatura, se desiderato, con una velocità bassa o alta. Mai mettere il contenitore del frullatore sulla base mentre l'interruttore è sulla posizione ON. Non mettere ghiaccio o cibo freddo nel contenitore del frullatore caldo e viceversa non mettere cibo

caldo nel frullatore se questo è stato nel frigorifero. Per rimuovere il contenitore del frullatore dalla base lo tiri verso l'alto e non lo giri. Mettere sempre il frullatore su OFF prima di rimuovere il contenitore dalla base. Misture solide richiedono attenzione durante la frullatura. Giri il frullatore su OFF, raschi le pareti con una spatola di gomma e metta il cibo residuo al centro del contenitore sulle lame. Chiuda e usi l'impulso ON/OFF fino a quando l'impasto è frullato. Se necessario ripetere il procedimento.

Cura e manutenzione



Assicurarsi che il frullatore sia sempre spento. Disinserire il frullatore dalla presa a parete.

Metodo di pulizia rapido:

La maggior parte delle volte non sarà necessario rimuovere le lame per pulire il contenitore del frullatore.

Pulire semplicemente il contenitore del frullatore in acqua saponata e risciacquare con acqua corrente.

Ecco un facile trucco di pulizia da usare dopo avere fatto la salsa delle insalate, la maionese o altre misture oleose. Dopo avere rimosso il cibo dal contenitore del frullatore, aggiungere circa una tazza di acqua calda ed una goccia di detergente per pulire i piatti. Coprire il contenitore e girare il pulsante ON/OFF sulla velocità alta.

Farlo funzionare per alcuni secondi. Il mulinello d'acqua rimuoverà la maggior parte del cibo che si è depositato sulle pareti del contenitore. Ripetere il processo fino a quando lo ritenete necessario. Versare l'acqua fuori dal recipiente e risciacquare con acqua calda.

Metodo di pulizia più profondo

Se ritiene necessario rimuovere le lame per fare una pulizia più accurata rimuova il contenitore del frullatore dalla base e svuota il suo contenuto. Capovolgere il contenitore del frullatore. Usi il tappo di plastica (utensile per rimuovere le lame) nel centro del coperchio. Per rimuovere il corpo delle lame dal contenitore di vetro, inserisca le due sporgenze in plastica che sporgono dal bordo dell'utensile nelle tacche in plastica grigia del corpo lame e giri in senso orario (vedi figura su questa pagina). Il corpo lame si allenterà. Giri il corpo delle lame e lo rimuova dal contenitore. Rimuova la guarnizione di gomma e lavi accuratamente il corpo lame in acqua calda saponata.

Precauzioni:

Le lame sono molto affilate. Stare quindi molto attenti lavandole a mano. Dopo il lavaggio il corpo delle lame e del contenitore del frullatore, riposizionare la guarnizione e reintrodurre il corpo delle lame nel contenitore del frullatore. Reintroduca l'utensile di plastica per rimuovere le lame nell'incavo e giri in senso antiorario per avvitare.

Pulizia della base

Non immergere la base del motore in acqua

Usare un panno umido e soffice o una spugna con acqua calda saponata per pulire la superficie della base. Per eliminare tracce d'acqua e striature asciugare con un panno morbido ed asciutto.

Apparecchiatura elettrica da cucina Spring, garanzia limitata ad un anno

Spring Svizzera fornisce una garanzia di un anno dalla data dell'acquisto originale per tutti i difetti di fabbrica o inerenti i materiali della sua linea di piccoli apparecchi elettrici domestici. Questa garanzia non si estende ai danni causati da negligenza, abuso o uso improprio dell'apparecchio, incluso l'uso commerciale o qualsiasi altro uso per il quale l'apparecchio non è concepito né previsto. Per ogni quesito relativo all'uso adeguato si prega di fare riferimento alla sezione del presente manuale riguardante l'uso e la manutenzione. Questa garanzia non copre parti soggette alla normale usura o a danni accidentali, come le parti in vetro o i contenitori, le lame, i frullatori, il filtro dei cesti. Spring Svizzera declina espressamente ogni responsabilità per danni derivanti da danni accidentali causati dall'uso dei suoi prodotti. Ogni garanzia sulla commerciabilità del prodotto o sulla sua idoneità a riguardo di scopi particolari è pure limitata ad un periodo di un anno. In alcune giurisdizioni non è possibile escludere la garanzia nel caso di beni di consumo, in modo che una tale esclusione di garanzia non può esserle opposta. La presente garanzia vi conferisce quindi specifici diritti che tuttavia dipenderanno dalla singola giurisdizione.

Se il vostro prodotto richiede servizi o supporto vi preghiamo di contattare il nostro servizio di supporto alla clientela allo **1- 800 - 955**.

Schweiz und Rest der Welt:
Spring Switzerland GmbH
Hörnlistrasse 14
CH-8360 Eschlikon
Tel. +41 71 973 76 00
Fax +41 71 973 76 29

Europa:
Spring Service
Feldbergstrasse 21
D-79650 Schopfheim
Tel +49 7622 674 51 30
Fax +49 7622 619 00

Frullato di Frutta congelata



Frutti congelati frullati sono eccellenti spuntini, colazione o piatti dopo cena. Dovrà congelare le banane per un paio d'ore in un involucro con apertura a cerniera o in un contenitore di plastica con coperchio. Tagliare le banane congelate a mo' di cubetti di ghiaccio fruttati, conferendo all'amalgama quella piacevole consistenza che la rende così divertente da bere.

FRAGOLE:

Proteggono il cuore, frutto anticancerogeno ed antinfiammatorio.	1,5 tazza di succo di mela non filtrato
	1 tazza di banane congelate e sbucciate tagliate a fette
	1 tazza di pesche fresche sbucciate ed affettate o fragole lavate e affettate

Decorare con 1 rametto di menta fresca o con una manciata di bacche fresche. Versare il succo di mele nel contenitore del frullatore e aggiungere le banane e le pesche. Coprire. Azionare il pulsante ON/OFF 4 o 5 volte fino a che il frutto è sminuzzato e la bevanda è frullata. Versare in 3 grandi bicchieri di vetro. Decorare con menta e risp. bacche, servire immediatamente.

Fate 3 servizi.

Frullato alla Vaniglia a basso contenuto di grasso



Questa creazione l'ho inventata quando mia nipote malata di diabete voleva provare una leccornia fredda. La banana, il miele ed il ghiaccio sono ottimi sostituti del gelato nella misura in cui dolcificano e raffreddano questa cremosa bevanda da dessert. E' un ottimo modo per soddisfare il gusto di dolce senza assumere grassi e zucchero usualmente contenuti in un comune frullato. Il suo delizioso gusto è un ottimo modo per fare assumere un po' di calcio, proteine e potassio ai vostri figli e a voi stessi.

BANANE:

Frutto ricco di potassio che aiuta ad abbassare la pressione sanguigna.

2 tazze di latte scremato
1 tazza di banane affettate
1 cucchiaino da tavola di puro estratto di vaniglia
2 cucchiaini da tavola di miele
2 cucchiaini da tavola di cacao non zuccherato (opzionale)
2 tazze di cubetti di ghiaccio

Versare tutti gli ingredienti nel frullatore nell'ordine sopraelencato. Coprire. Premere il pulsante ON/OFF più volte fino a che la mistura sia ben frullata. Versare in 6 bicchieri di piccole dimensioni e servire con un rametto.

Fate 4 servizi.

Frullato di Ananas e Mandorla



ANANAS:

Incentiva la produzione di energia e stimola le difese antiossidanti.

Le mandorle in questo frullato rinvigorente sono una grande fonte di proteine e sbollentare le mandorle è un'attività di cucina che piace ai bambini.

- 1/4 tazza di mandorle sbollentate*
- 1/4 tazza di latte di riso o di latte di soia
- 1/4 tazze succo d'ananas
- 1/2 cucchiaino da tè di puro sciroppo di acero
- 1 tazza di ananas fresco a pezzi
- 1/2 tazze di ghiaccio tritato o a cubetti

Mettere le mandorle nel contenitore del frullatore. Coprire. Premere 4 o 5 volte il pulsante ON/OFF volte fino a quando le mandorle sono tritate. Aggiungere i rimanenti ingredienti nell'ordine sopraindicato. Coprire. Frullare ad alta velocità per 10 secondi fino a quando il tutto si è ben amalgamato. Versare in 3 grandi bicchieri e servire.

*Per sbollentare le mandorle (rimuovere il guscio). Metterle in un piccolo recipiente di acqua bollente e fare bollire per 5 minuti. Togliere le mandorle e raffreddarle in acqua fredda. Rimuovere grattando con le dita la pellicola dalle mandorle che si staccherà facilmente. Questa parte piacerà sicuramente ai suoi bambini.

Fate 3 servizi.

Limone e Mango Ghiacciati



MANGO:

Contengono un enzima con proprietà lenitive per lo stomaco e potassio che fa bene al cuore.

Servire questa deliziosa bevanda fruttata congelata al posto della solita Margarita con il vostro piatto messicano preferito, o bevetele ogni qualvolta avete voglia di un frutto freddo e mescolato.

Un cocktail occasionale è qualcosa di molto apprezzato. E' stato ultimamente scritto molto sui benefici del vino, quindi se volete compiacervi ancora una volta un pochino perché non provare ad aggiungere un po' di vino bianco a questa bevanda deliziosamente fruttata.

- 3 manghi, a fette (circa 4 tazze), o 4 tazze di manghi congelati
- 3 arance medie, spremute (3/4 di tazza di succo)
- 1 grande lime, spremuto (1/4 di tazza di succo)
- 1 limone medio (1/4 di tazza di succo)
- 1/2 tazza di ghiaccio, a pezzi o cubetti
- 1/2 tazza di acqua minerale

Decorazione: 6 fragole fresche, 1 lime sbucciato a fette

Spremete le arance, i lime ed i limoni secondo istruzioni. Mettere le fette di mango ed il succo precedentemente ottenuto in un frullatore. Aggiungere ghiaccio e acqua minerale e frullare fino a quando il tutto è amalgamato. Ripartire su circa 6 piccoli bicchieri da martini. Immergere una fragola nel mezzo di ognuno di essi e guarnire il bordo con una fetta di lime. Aggiungere un pochino di immaginazione per più colore e divertimento.

Fate 6 bevande.

Variazione: per un levare del sole al limone e mango aggiungere ? tazza di champagne o di vino bianco secco.



ZUCCA:

Servendo una tazza di zucca invernale provvederete al fabbisogno giornaliero di vitamina C in ragione del 150%.

A mio avviso questa crema è sensazionale. Verificate se non interromperete la conversazione dei vostri commensali quando la proveranno alla vostra tavola. Arrostendo la zucca si sottolinea l'intenso sapore della medesima, la combinazione con mele e cipolle è irresistibile. Cospargendovi il pesto alla noce di Cilantro questa zuppa sarà il massimo. Sogno di questa zuppa cremosa. Sarete lieti di scoprire come sia facile da realizzare. In essa troverete tipo di bontà :antiossidanti carotenoidi della zucca, acidi grassi omega- 3 della noce e tante vitamine, minerali e fibre.

- 1 zucca invernale grande (circa 2,5 libbre) come una noce di cocco o kabocha, pelata a cui avete tolto i semi e tagliata in due pezzi.
- 2 cipolle medie, sbucciate e tagliate in quattro
- 3 spicchi d'aglio sbucciati
- 2 mele aspre, sbucciate senza torsolo e tagliate in 4
- 2 cucchiaini da tavola di olio extra vergine d'oliva
- Sale e polvere di chili rosso per insaporire
- 4-5 tazze di brodo vegetale

Forno preriscaldato a 400° gradi F

Mischiare in una grande pentola per arrostiti la zucca, le cipolle, l'aglio e le mele e ricoprire con l'olio. Condire bene con sale e polvere di chili. Rosolare rimestando ogni 10 minuti fino a quando i vegetali non saranno diventati teneri e leggermente dorati, circa 40 minuti.

Versare 2 tazze di brodo nel contenitore del frullatore. Aggiungere la metà dei vegetali arrostiti. Coprire. Frullare ad alta velocità per 10 secondi o fino a quando il tutto si è amalgamato. Versare la zuppa cremosa in un scodella per salse. Ripetere il processo con 2 tazze di brodo ed i restanti vegetali.

Mescolare il brodo rimasto e scaldarlo. Correggere il condimento e scaldare facendo bollire lentamente. Servire in recipienti caldi guarnendo con pesto alle noci di Cilantro.

Fate 8 porzioni.



MORE:

Sono di beneficio alla sua vista nonché promuovono la salute del tratto digestivo.

Cosa vi è di più piacevole che assaporare una crema di frutta? Non è solo semplicemente fantastico da mangiare ma anche per i suoi colori bella da guardare. In un caldo pomeriggio, questo gazpacho sarà in grado di rinfrescare lei ed i suoi amici e la sua famiglia .

- 1/2 tazza d'acqua
- 0,7 litri di more fresche (circa 3,5 tazze)
- 1 pacchetto da 20 once di more non zuccherate congelate, scongelate
- 3 cucchiaini da tavola di zucchero
- 0,5 lt. di acqua minerale con gusto di lime
- 5 kiwi pelati
- 2- 3 cucchiaini da tavola di succo di lime appena spremuto
- 1 tazza di melone mielato finemente tagliato a dadi
- 1 tazza di cantalupo finemente tagliato
- 6 foglie di menta fresca

Mettere l'acqua e le bacche nel contenitore del frullatore. Premere sul pulsante ad impulso ON/OFF fino a che le bacche diventino una purea. Aggiungere acqua, se necessario per facilitare la frullatura. Setacciare la purea di more con un colino per raccogliere i semi. Trasferire le more setacciate in un grande recipiente. Aggiungere l'acqua minerale e versare i kiwi ed il lime nel frullatore. Coprire. Premere su ON/OFF 2 o 3 volte finché il tutto non si è ridotto a purea.

Versare con un mestolo in eguali quantità la purea di more in 6 recipienti da minestra individualmente raffreddati. Cospargete il melone mielato ed il cantalupo in ogni recipiente e decorare con un rametto di menta. Servire immediatamente .

Fate 6 servizi.

Salsa d'argumi e Chili rosso dolce



POMODORI ESSICCATI AL SOLE:

Contengono 12 volte
più licopene che un
pomodoro crudo.

Il notevole gusto di questa salsa si abbina magnificamente con foglie di spinaci saltati in padella con friabile formaggio feta piccante.

8 pomodori essiccati al sole (essiccati nell'imballaggio, non sott'olio)

$\frac{3}{4}$ tazza di acqua calda

$\frac{1}{4}$ tazza di olio extravergine d'oliva o succo di mele

1 cucchiaino da tè di polvere di chili

1 spicchio d'aglio

2 cucchiaini da tavola di concentrato di succo d'arancia

$\frac{1}{4}$ tazze di aceto di idromele

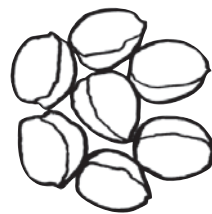
1 cucchiaino da tè di salsa di soia naturale come il tamari, o salsa di soia a basso contenuto di sodio

$\frac{1}{4}$ cucchiaino da tè di pepe nero macinato fresco

Immergere a mollo i pomodori essiccati al sole in una ciotola di acqua calda per 20-30 minuti fino a quando diventano morbidi e gonfi. Versare l'acqua e i pomodori nel contenitore del frullatore. Coprire. Premere a scatti su ON/OFF per 3 o 4 volte finché sono tritati. Aggiungere i restanti ingredienti e continuare a frullare a bassa velocità fino a quando il tutto diventa cremoso. Servire. Congelare gli avanzati.

Fatene 1 tazza.

Pesto alle Noci di Cilantro



NOCI:

Grassi monoinsaturi
giovano al sistema
cardiovascolare.

Servire questo interessante pesto nella zucca invernale arrostita e nella zuppa di mele od usarlo per intingoli o spalmato.

Ca. $\frac{1}{4}$ tazza di acqua potabile purificata

1 cucchiaino da tavola di aceto di sidro

1 tazza di noci a pezzi

2 tazze foglie di cilantro, senza gambi

1 pepe jalapeno, tolti i semi e tritato

$\frac{1}{2}$ cucchiaino da tè di sale

Mettere tutti gli ingredienti nell'ordine sopraindicato nel frullatore. Coprire. Frullare a scatti fino a quando la miscela non comincia ad amalgamarsi. Aggiungere acqua se necessario. Assaggiare e correggere il condimento aggiungendo sale se necessario. Tenga ogni avanzo di pesto nel frigorifero in un contenitore chiuso ermeticamente o nel frigorifero per usi futuri.

Fatene circa 1 tazza.

BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

Indien elektrische apparaten gebruikt worden, moeten altijd fundamentele voorzorgsmaatregelen worden opgevolgd, de volgende inbegrepen:

1. Lees alle instructies voordat u de mengbeker gebruikt.
2. Om een elektrische schok te voorkomen, dompel nooit snoer, stekker en het onderstuk van de mengbeker in water of andere vloeistof.
3. Scherp toezicht is nodig, wanneer een apparaat door kinderen, of in hun buurt, wordt gebruikt.
4. Trek de stekker uit de contactdoos wanneer de mengbeker niet wordt gebruikt en voordat u met het schoonmaken begint.
5. Raak geen bewegende delen aan.
6. Neem geen apparaat in gebruik met een beschadigd snoer of stekker of nadat het apparaat niet of slecht heeft gewerkt of nadat het op enigerlei manier gevallen is of beschadigd is geraakt. Neem contact op met de dichtstbijzijnde klanten service om een onderzoek, reparatie of elektrische of mechanische justering te laten doen.
7. Het gebruik van enig toebehoor, dat niet door de fabrikant van het apparaat verkocht of aanbevolen wordt kan brand, een elektrische schok of letsel veroorzaken en is derhalve niet toegestaan.
8. Gebruik de mengbeker niet in de open lucht of in een vochtige ruimte.
9. Controleer of het snoer niet over scherpe kanten van een tafel of bar of hete oppervlakken loopt.
10. Om het gevaar van ernstig letsel aan personen of beschadiging van de mengbeker te voorkomen tijdens het gebruik nooit handen en voorwerpen in de mengbeker steken. Een zachte, plastic of rubber, spatel of pottenlikker kan gebruikt worden zolang de mengbeker niet loopt.
11. **De mesjes zijn vlijmscherp. Behandel ze voorzichtig.**
12. Om het risico van letsel te verminderen nooit het snijdmecanisme zonder de mengbeker op het onderstuk plaatsen.
13. Doe tijdens het gebruik altijd het deksel op de mengbeker.

14. Indien u hete vloeistoffen verwerkt, het doorzichtige plastic inzetstuk in het midden van de uit twee delen bestaande deksel wegnemen.
15. Gebruik de mengbeker niet voor andere doelen of toepassingen dan de beoogde.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIE ALLEEN VOOR HUISHOUDELIJK GEBRUIK

Dit apparaat heeft een gepolariseerde stekker (één stift is breder dan de andere). Om het risico van een elektrische schok te verminderen, dient deze stekker alleen in één positie in een gepolariseerde contactdoos te kunnen worden gestoken. Past de stekker niet precies in de contactdoos, draai hem om. Als het nog steeds niet gaat, neem contact op met een vakkundig elektro installateur. Probeer niet de stekker op enige manier te veranderen, om deze kenmerkende veiligheidsinrichting niet te verliezen.

Dit apparaat wordt met een lang netsnoer geleverd. Verleg het snoer zo, dat het niet in een wirwar over het blad van de tafel of de bar ligt of hangt, zodat kinderen eraan kunnen trekken of iemand erover kan struikelen.

INHOUD

	Pagina
Beschrijving van de onderdelen	84–86
Hoe uw elektrische mengbeker met twee snelheden en pulsknop te gebruiken	86–88
Belangrijke toelichting voor het eerste gebruik, instructie voor het in elkaar zetten	88
Snelheden voor het mengen	88–89
Toelichting voor het mengen van heet voedsel en het klein maken van ijs	88–89
Verdere belangrijke toelichting	89–90
Zorg en onderhoud, De juiste methode om schoon te maken,	
Onderstuk schoonmaken	90–91
Garantiebepalingen	91
Recepten	92–97

Onderdelen:



Kenmerkende eigenschappen van de onderdelen:

1. Bekervormig plastic middenstuk met luchtgaatje in het midden/Verwijderen van de mesjes

Door dit uitneembare onderdeel is het mogelijk ingrediënten toe te voegen zonder verwijdering van het deksel. Het wordt ook gebruikt om mayonaise en dressings voor salades te maken. De olie wordt langzaam door het gaatje gegoten zodat hij wordt opgenomen, hetgeen helpt bij het emulsifieren van de dressing. Het andere gebruik van dit bekertje/gereedschap is om het snijdmecanisme uit de mengbeker te verwijderen teneinde het geheel makkelijk te kunnen schoonmaken. Zie onder: «Grondige manier van schoonmaken van de mesjes».

2. Deksel

De stevige plastic deksel voor zwaar gebruik past nauwkeurig in de mengbeker teneinde lekkage tijdens het mengen te voorkomen. Hij moet bij het mengen altijd worden gebruikt.

3. Glazen beker

De grote (1,4 l) glazen mengbeker voor zwaar werk heeft op de zijkant maatstreepjes in «kopjes», waardoor het gebruik van maatbekers overbodig wordt.

4. Silicone pakkingring

De kleine zwarte rubber pakking past om het snijdmecanisme en dient voor een vaste passing en voorkomt lekkage.

5. Snijdmecanisme

Het wegneembare, roestvrijstalen, snijdmecanisme met vier mesjes met silicone pakking is zo geconcepieerd, dat het zowel al uw mengwerk als ook het vergruizelen en malen van harde stoffen zoals ijs, koffie en harde kaas mogelijk maakt.

6. Onderstuk met rubber dopjes

Het onderstuk bevat een 700 Watt motor voor zwaar werk, welke voor professionele kracht staat en ook zo werkt. De rubber voetjes stabiliseren het geheel en voorkomen verschuiven tijdens het gebruik.

7. Pulsknop

De zwarte knop boven de schakelaar is de pulsknop. Op de onderkant van de knop drukken om de motor te doen lopen. U drukt steeds kort op de knop tot het juiste mengsel is bereikt.

8. Uit/Hoog/Laag schakelaar

Controleer of de Schakelaar zich altijd in de UIT stand bevindt voordat u de mengbeker op het onderstuk plaatst. Dit is zeer belangrijk, daar de motor anders, als de schakelaar niet in de UIT stand staat, gaat lopen op het moment, dat de beker op het onderstuk wordt geplaatst. Om de mengbeker op HOOG te laten lopen, druk de schakelaar omhoog.

De middenstand is de UIT stand. Om de mengbeker op LAAG te laten lopen, druk de schakelaar omlaag.

9. Netsnoer

Het apparaat heeft een lang netsnoer met een gepolariseerde stekker teneninde het risico van een elektrische schok te verminderen. De stekker past alleen in één positie in een eveneens gepolariseerde contactdoos. Indien de stekker niet past, keer hem om.

Leer uw Elektrische Mengbeker met twee snelheden en Pulsknop kennen

Het onderstuk van uw nieuwe Spring mengbeker met twee snelheden is een krachtcentrale, dat ijs verghruisd, drinks maakt, groente pureert, salade dressings, gepureerde soep en sausen maakt en van dienst is bij enig ander recept, waarvoor een mengbeker nodig is. De 1,4 liter beker voor zwaar werk maakt het u mogelijk lange recepten of een heel stel drinks in één run te maken. De roestvrijstalen mesjes zijn zwaar genoeg om ijs te vergruizelen zonder de toevoeging van water. Het is doodeenvoudig in het gebruik: Twee snelheden en een pulsknop is alles wat u nodig hebt. Wij hebben de noodzaak geëlimineerd om uit te kiezen met welke snelheid iedere mengtaak gedaan moet worden. Eenvoudigweg LAAG voor alle dunne mengsels of vloeistoffen en HOOG voor dikke en complexe mengsels of als u schuim op uw drink wilt. De pulsknop is de juiste instelling om ijs te vergruizen en harde zaken zoals kaassoorten en kruiden te maken. Laat het voedsel op en naast de mesjes vallen, zodat het afwisselend wel en niet in contact is met de mesjes totdat het mengsel klaar is. Laat uw mengbeker op uw aanrecht of bar staan. Hoe meer u hem gebruikt, hoe eenvoudiger de voorbereiding van het voedsel wordt.

Voor het eerste gebruik:

1. Voorzichtig uitpakken en alle voorschriften en aanwijzingen bewaren.
2. Was de mengbeker zelf (dus het bovenstuk) af met een warm zeepsopje, afspoelen en drogen.
3. Lees deze handleiding voor het gebruik en het onderhoud nauwkeurig door voordat u uw mengbeker voor de eerste keer gaat gebruiken. Bewaar de handleiding goed voor later gebruik.

Handleiding voor het in elkaar zetten:



Pas de silicone pakking op de ribbel onder de mesjes op het snijdmecanisme (zie de afbeelding op deze bladzijde). Keer de mengbeker om en plaats hem op een vlak, waterpas, oppervlak. Plaats het snijdmecanisme in de opening van de beker en draai het tegen de richting van de wijzers van de klok in om zeker te zijn, dat het goed passend vastzit.

N.B.: Het bekerglas kan lekken indien het snijdmecanisme niet goed in elkaar gezet is en niet goed vastzit.

Indien u water rond de kraag van de mengbeker ziet borrelen, leeg dan de beker en zet het geheel nog eens in elkaar, terwijl u er op let, dat deze eenheid goed vast zit. De illustratie met de samenbouw kunt u uitklappen.

BELANGRIJK: Behandel de mesjes altijd voorzichtig, ze zijn vlijmscherp.

Hoe uw Electriche Mengbeker met twee snelheden en pulsknop te gebruiken:

Plaats het onderstuk met motor van de mengbeker op een schoon, droog en vlak oppervlak. Controleer voor het gebruik of u de mengbeker op de juiste manier in elkaar hebt gezet (zie de afbeelding ter herkenning van de onderdelen op bladzijde 4 van dit boekje) nadat u hem uit elkaar had genomen. Controleer of de schakelaar van de mengbeker in de UIT stand staat voordat u hem op het onderstuk plaatst. Dit is zeer belangrijk, daar, in de ingeschakelde stand, de motor gaat lopen op het moment, dat u de beker op het onderstuk plaatst.

Plaats de lege beker op het onderstuk en doe de ingrediënten erin. Doe voedsel om te mengen in de mengbeker met uw recept als leidraad. Het is belangrijk, dat u zich eraan houdt, vloeistoffen het eerst en daarna harde stoffen en of ijs erin te doen. Dit resulteert in een betere menging en voorkomt meerbelasting van de motor. Vul de beker niet boven het streepje voor 5 kopjes. U moet ruimte laten om de mesjes hun werk te laten doen. Bij het mengen op dit niveau, houdt uw hand op de deksel om te voorkomen, dat de kracht van de motor hem niet oplicht wanneer de mesjes gaan draaien.

Steek de stekker in een gepolariseerde contactdoos. Schakel de motor uit als de mesjes blokkeren of ingeklemd raken tijdens het mengen. Neem de beker van het onderstuk en verwijder het voedsel of het ijs tussen de mesjes vandaan. Doe de deksel er weer op en plaats de beker weer op het onderstuk. Ga verder met mengen zoals in het recept is aangegeven. Indien u de mengbeker van het onderstuk neemt en daarna terugplaatst om verder te gaan met mengen, controleer of de schakelaar in de UIT stand staat en de deksel pas op de beker ligt voordat u de beker weer op het onderstuk plaatst. De motor gaat lopen op het moment, dat u de beker op het onderstuk plaatst.

Mengsnelheden:

Uw Spring mengbeker beschikt over twee snelheidsinstellingen: HOOG en LAAG en een pulsknop.

Lage snelheid – Dit is de langzame instelling met minder kracht. U gebruikt deze instelling voor mengsels met weinig gewicht. Om te gebruiken de tuimelschakelaar naar beneden indrukken.

Hoge snelheid – Gebruik deze instelling met meer kracht voor zwaardere mengsels.

Pulsknop – Gebruik de pulsknop om te vergruizelen en vóór te mengen.

Mengen van heet voedsel:

Heet voedsel zet uit bij het mengen. In het algemeen raden wij u aan bij het verwerken van heet voedsel het plastic inzetstuk in het midden van de deksel te verwijderen. Het is belangrijk er op te letten, dat de mengbeker niet wordt overladen, vooral bij het mengen van heet voedsel. Heet voedsel wordt het best gemengd in kleine porties van ongeveer twee kopjes per keer. Het is belangrijk op de stand LAAG te mengen. Houdt altijd uw hand op of boven de deksel bij het mengen van heet voedsel, want als u wat te veel gevuld hebt of per ongeluk op HOOG gaat mengen, kan de deksel omhoog komen en kan er heet voedsel uitvliegen. Als u eenmaal met mengen begonnen bent, kunt u meer vloeistof in de beker gieten. Ga door met mengen tot het mengsel mooi gelijkmatig en smeug is.

Toelichting voor het vergruizelen van IJs:

Het geheim om ijs succesvol te vergruizelen is, zonder toevoeging van water, niet te veel ijs blokjes per keer te vergruizen. In minder dan 30 seconden hebt u 6 tot 8 middelgrote ijsblokjes vergruisd en op die manier duurt het werkelijk niet zo lang. De grootte van de ijsblokjes is bepalend voor het aantal, dat per keer kan worden vergruizeld. Hoe kleiner de blokjes zijn, hoe meer men er per keer kan doen. Uitproberen is de beste manier.

Begin met 6 blokjes als ze groot en kubusvormig zijn. Zijn het halve maantjes zoals uit de ijsmachine komen, dan kunt u beginnen met 8 tot 10. Plaats de mengbeker op het onderstuk. Doe het ijs in de beker. Deksel erop en met de pulsknop vier, vijf keer laten lopen tot het ijs vergruisd is. Als er geen grote brokken meer in het midden van de beker over zijn, hebt u net te weinig genomen of net genoeg. Leeg de beker en begin opnieuw, terwijl u een paar blokjes meer toevoegt. Als al het ijs vergruisd is, houdt u zich aan die hoeveelheid. Als er te grote brokjes over zijn, ga terug naar een kleinere hoeveelheid. Een beetje experimenteren met hoeveelheid en grootte van de ijsblokjes resulteert in de wetenschap hoeveel blokjes u per keer kunt doen. Als u meer dan één lading achter elkaar doet, zult u merken, dat de consistentie van het ijs verandert. Hoe kouder het glas wordt, des te meer gaat het ijs er als sneeuw uitzien. Als u van mooi doorzichtig ijs houdt, spoel de beker na iedere keer met warm water af en droog hem af voordat u de volgende lading doet. Hoe kouder en droger het ijs is, hoe beter het resultaat wordt. Als u sneeuw-horentjes maakt, doe dan geen vloeistof of water bij het ijs voor of tijdens het vergruizen. Vergruis het ijs eerst, doe het uit de mengbeker en giet er daarna siroop over.

Andere nuttige wenken:

Kijk, voor het gebruik, of uw mengbeker op een schoon en vlak oppervlak staat. Controleer of de beker goed samengebouwd is en of de pakking erin zit, voordat u er voedsel indoe. Doe altijd de vloeistoffen er het eerst in en daarna de verdere ingrediënten. Snijdt het voedsel om te mengen in kleine gelijkmatige stukjes van rond 12 mm grootte teneinde een gelijkmatig resultaat te krijgen. Gebruik nooit een rubber spatel als de motor loopt. Indien nodig, schakel de motor uit en krab langs de kant. Gebruik nooit metalen gebruiksvoorwerpen, daar ze de mesjes beschadigen. Controleer of de schakelaar op UIT staat voordat u de beker op het onderstuk plaatst. Dit is zeer belangrijk, daar de motor anders meteen gaat lopen zodra u de beker op het onderstuk plaatst en de schakelaar niet in de stand UIT staat. Altijd stevig op de deksel drukken voordat u gaat mengen. Meng NOOIT zonder de deksel erop. Om de pulsknop te bedienen, druk het naar voren staande onderste deel naar beneden. Met de pulsknop kan de motor steeds kort worden ingeschakeld. Gebruik deze instelling om ijs of harde kaas klein te maken of om voedsel, dat aan de kant van de beker vastzit, te bewegen. Dit kan verder gebruikt om grof voor te snijden, om – naar gelang van de wensen – daarna op de snelheid HOOG of LAAG klaar te mengen. Plaats nooit de beker op het onderstuk met de schakelaar in de AAN stand. Doe geen ijs of bevroren voedsel in een warme of hete mengbeker en doe ook geen heet voedsel in een mengbeker, die net uit de ijskast komt. Om de beker van het onderstuk te verwijderen, hef hem rechtstandig omhoog, niet draaien. Schakel de mengbeker altijd eerst uit om de mengbeker te verwijderen.

Dikke mengsels kunnen meer aandacht nodig hebben bij het mengen. Schakel de mengbeker uit en krab met een rubber spatel het te mengen voedsel aan de zijkant van de beker naar beneden en het midden boven de mesjes. Doe de deksel er weer op en gebruik de pulsknop tot alles gemengd is. Herhaal de procedure zolang als nodig. Meng secondenlang, niet minutenlang. Te lang mengen resulteert in een slappe consistentie. Bewaar geen voedsel in de mengbeker.

Zorg en Onderhoud:



Controleer of de schakelaar van de mengbeker op UIT staat. Trek de stekker uit de contactdoos.

Snelle Schoonmaak Methode:

Meestal is het niet nodig de mesjes te verwijderen om de mengbeker te reinigen. Eenvoudigweg de mengbeker met een warm zeepsopje afwassen en met schoon water afspoelen. Na het maken van sla dressings, mayonaisse of andere dikke mengsels, is hier een eenvoudige manier van schoonmaken. Nadat het voedsel uit de beker verwijderd is, doe er ongeveer één kopje warm water in met één druppel vloeibaar wasmiddel voor de afwasmachine. Doe de deksel erop en zet de AAN/UIT schakelaar op HOOG. Laat een paar seconden lopen. Het kolkende water verwijdert het meeste restvoedsel, dat nog aan de wand van de beker kleeft. Herhaal dit indien nodig. Giet het water eruit en spoel met warm schoon water na.

Intensieve Schoonmaak Methode:

Als u het nodig vindt om de mesjes eruit te halen om het geheel beter te kunnen schoonmaken, neem de mengbeker van het onderstuk en leeg hem. Keer de mengbeker om. Gebruik het plastic beker-vormige inzetstuk uit het midden van het deksel als gereedschap. Om het snijdmecanisme van de glazen beker te verwijderen plaats de twee plastic knobbeltjes die boven de rand van het gereedschap uitsteken in de inkepingen in het grijze huis van het snijdmecanisme and draai in de RICHTING VAN DE WIJZERS VAN DE KLOK (zie afbeelding op deze bladzijde). Het snijdmecanisme komt nu los te zitten. Kantel het in de éne of andere richting en verwijder het snijdmecanisme van de mengbeker. Verwijder de rubber pakking en was het snijdmecanisme voorzichtig af in een warm zeepsopje.

Attentie:

De mesjes zijn vlijmscherp, dus wees zeer voorzichtig als u ze met de hand afwast. Nadat snijdmecanisme en mengbeker afgewassen zijn, breng de pakking weer op zijn plaats en pas het snijdmecanisme weer in de mengbeker. Plaats het gereedschap weer op dezelfde manier in de inkepingen en draai het nu tegen de richting van de wijzers van de klok in om vast te draaien.

Schoonmaken van het onderstuk:

Het onderstuk met de motor nooit onder water dompelen.

Gebruik een vochtige doek of spons en een warm zeepsopje om het onderstuk schoon te vegen. Om te voorkomen, dat water spetters of strepen ontstaan, afdrogen met een zachte droge doek.

Spring Elektrische Keukenapparatuur: Beperkte Garantie voor één jaar

Op het programma van kleine elektrische keukenapparatuur verleent Spring-Zwitserland één jaar beperkte garantie vanaf de dag van eerste koop tegen defecten als gevolg van slecht vakmanschap of materiaal. Deze garantie is beperkt in die zin, dat het geen beschadigingen dekt, die zijn ontstaan door onachtzaamheid, misbruik of onjuist gebruik van het apparaat. Daarin begrepen is ook professioneel gebruik voor handelsdoeleinden, waarvoor het apparaat noch gebouwd noch beoogd is. Voor enige vragen omtrent het juiste gebruik lees a.u.b. het punt over Gebruik en Zorg in deze handleiding. Verder dekt deze garantie geen normale slijtage of beschadiging door ongelukken, zoals breuk van glas of bakjes, messen, mengapparaten of filterbakjes Spring Zwitserland wijst ook uitdrukkelijk iedere aansprakelijkheid af voor schade en enig voorval of verlies, voortvloeiend uit het gebruik van zijn producten. Enigerlei garantie voor verkoop of geschiktheid voor een bepaald doel met betrekking tot dit product is ook begrensd op de één jaar garantie periode. De rechtspraak in enige gebieden en landen staat de afwijzing van aansprakelijkheid met betrekking tot goederen voor consumenten niet toe, zodat het mogelijk is dat de vorenstaande afwijzing niet op u van toepassing is. Deze garantie geeft u de specifieke rechten, welke kunnen veranderen al naar gelang van de geldende jurisdictie. Indien uw apparaat service of assistentie nodig heeft, neem a.u.b. contact op met onz Klantenservice Afdeling onder **1-800-955-1550** voor hulp.

Schweiz und Rest der Welt:
Spring Switzerland GmbH
Hörnlistrasse 14
CH-8360 Eschlikon
Tel. +41 71 973 76 00
Fax +41 71 973 76 29

Europa:
Spring Service
Feldbergstrasse 21
D-79650 Schopfheim
Tel +49 7622 674 51 30
Fax +49 7622 619 00

Frozen Fruit Smoothie



AARDBEIEN:

Hart-beschermend
fruit, tegen kanker en
ontstekingen.

Frozen fruit smoothies zijn geweldig als snack, ontbijt, of een after-dinner 'toetje' om te smullen. U moet de bananen gedurende een paar uur diepvriezen in een zak met ritssluiting of plastic bakje met deksel. Bevroren bananen gedragen zich als ijsblokjes met fruit, waardoor de smoothie zo'n dikke consistentie krijgt, zo lekker bij het drinken.

1,5 kopje ongefiltreerde appelsap

1 kopje geschilde bananen in schijfjes, diepgevroren

1 kopje geschilde en in plakjes gesneden verse perzikken, of
gewassen, geschilde en gesneden aardbeien

Garneer: met 1 twijgje verse munt of een handvol verse aard-
beien

Giet de appelsap in de mengbeker, doe de bananen en de perzikken erbij. Deksel erop. 4 tot 5 keer de pulsknop drukken totdat het fruit gemengd en de drink klaar is. In 3 wijnglazen schenken. Met mint garneren en meteen opdienen.

Voor 3 personen.

Magere Vanille Shake



BANANEN:

Aan kalium rijk fruit,
dat helpt de bloeddruk
te verlagen.

Tegen dit brouwsel liep ik op toen mijn aan diabetes lijdende nicht een zoete, koele tractatie wilde. De banaan, honing en ijs zijn een goede vervanging van ijscrème, omdat ze een verdikkend effect hebben, zoeter maken en koelen. Dit is een meesterlijke manier om een zoetekauw blij te maken, zonder alle vet en suiker, die je in een gewone shake vindt. En deze heerlijke verrassing is meteen een goede manier om stiekem wat calcium, proteïne en kalium bij je kinderen en bij jezelf naar binnen te krijgen.

2 kopjes magere melk

1 kopje bananen in plakjes

1 eetlepel zuiver vanille extract

2 eetlepels honing

2 eetlepels ongezoete cocos (naar wens)

2 kopjes ijs

Doe alle ingrediënten in deze volgorde in de mengbeker. Deksel erop. Meerdere keren de pulsknop drukken totdat het fruit goed gemengd is. In 6 grote glazen gieten en met een rietje serveren.

Voor 4 personen.

Shake met Ananas en Amandelen



ANANAS:

Bevordert energie productie en anti-oxidantafweer.

De amandelen in deze versterkende shake maken er een geweldige bron van eiwit van en het pellen van je eigen amandelen is een leuk werkje in de keuken voor de kinderen.

- 1/4 kopje gepelde amandelen*
- 1/4 kopje rijst melk of soja melk
- 1/4 kopje ananassap
- 1/2 theelepeltje pure maple siroop
- 1 kopje grof gehakt ananasvlees
- 1/2 kopje ijs, vergruisd of in blokjes

Doe de amandelen in de mengbeker. Deksel erop. 4 tot 5 keer de pulsknop drukken tot de amandelen gemalen zijn. Doe de verdere ingrediënten in de beschreven volgorde erbij. Deksel erop. Ongeveer 10 seconden mengen op de stand HOOG totdat het mengsel gelijkmatig en glad is. In 3 grote glazen schenken en serveren.

Voor 3 personen.

* Om amandelen te pellen (het velletje te verwijderen) doet u ze in een klein sauspannetje met kokend water en laat 5 minuten doorkoken. Amandelen afgieten en afspoelen met koud water om meteen af te koelen. De amandelen met de vingers wrijven en uitknijpen om het bruine velletjes, dat er makkelijk afglijdt, te verwijderen. Kinderen hebben hier veel plezier aan.

Citrus Mango Freeze



MANGOS:

Bevatten een enzym met kalmerende eigenschappen voor de maag en kalium, dat goed voor uw hart is.

Serveer deze heerlijke, rondom natuurlijke, ijskoude vruchtendrank bij uw geliefde Mexicaanse eten, als alternatief voor de afgezaagde Margarita, of neem het iedere keer als u in de stemming bent voor een briesje gemengd fruit. Een cocktail nu en dan is iets, dat veel mensen waarderen. De laatste tijd is er veel geschreven over de voordelen van wijn, dus als u dit wilt uitleven, waarom niet af en toe een scheutje witte wijn in deze heerlijke vruchtendrank.

- 3 mangos, in dunne plakjes gesneden (ong. 4 kopjes vol) of 4 kopjes diepgevroren mangos
- 3 middelgrote sinaasappelen, uitgeperst (3/4 kopje sap)
- 1 grote limoen, geperst (1/4 kopje sap)
- 1 middelgrote citroen (1/4 kopje sap)
- 1/2 kopje ijs, vergruisd of in blokjes
- 1/2 kopje seltserwater

Garneer: 6 verse, schoongemaakte, aardbeien
1 limoen in schijfjes

Pers de sinaasappels, limoenen en citroenen uit zoals voorgeschreven. Doe de mango plakjes en het sap in de mengbeker. Doe er het ijs en het seltserwater bij en vermeng het tot het glad is. Verdeel over 6 kleine Martini glazen. Laat een aardbei in het midden erin vallen en garneer de rand van het glas met een schijfje limoen. Geef gekleurde rietjes ter verhoging van de gezelligheid.

Voor 6 drinks.

(*) Ter afwisseling: De Citrus Mango Sunrise. Doe er een 1/2 kopje champagne of droge witte wijn in.

Geroosterde Pompoen met Appel Soep



POMPOEN:

Één kopje pompoen bevat bijna 150% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid vitamine C.

Volgens mij is deze rijke soep een stratenveger. Kijk maar of de mensen bij je aan tafel niet stil worden als ze dit proeven. Het roosteren brengt een echte smaak aan de pompoen en de combinatie met appels en uien maakt het onweerstaanbaar. De Cilantro walnoot pesto erop maken het onovertreffelijk. Ik droom van deze soep. U zult verrast zijn hoe eenvoudig hij te maken is. En je krijgt van allerlei goede dingen naar binnen: Anti-oxidanten, carotine van de pompoen, omega-3 vetzuren van de walnoten en plenty vitaminen en mineralen en vezels.

- 1 grote pompoen (Duitse Landkürbis) (dik één kilo), of Kabocha, geschild, van zaad ontdaan en in twee stukken gesneden
- 2 middelgrote uien, geschild en in vieren gesneden
- 3 teentjes knoflook, geschild
- 2 zure appels, geschild, klokhuis eruit en in vieren gesneden
- 2 eetlepels koud geperste olijfolie
- Zout en rode chili poeder naar smaak
- 4-5 kopjes groentebouillon

Oven voorverwarmen op 200°C.

Al omroerend de pompoen, uien, knoflook en appels met de olie in een grote braadpan fruiten. Goed kruiden met zout en chili poeder. 40 Minuten verder laten fruiten, om de 10 minuten roeren tot de groente zo zacht is, dat u er met de vork kunt inprikken en bruin gaat worden. Giet 2 kopjes groentebouillon in de mengbeker. Doe er de helft van de gefruite groente bij. Deksel erop. Op HOOG 10 seconden mengen totdat het gelijkmatig en glad is. Giet de gepureerde soep in een soeppan. Deze procedure herhalen met nog eens 2 kopjes groentebouillon en de rest van de gefruite groente. Roer de overgebleven groentebouillon en verhit tot het heet is. Zout en kruiden naar smaak en laten sudderen. In warme soepkommen met een klontje Cilantro walnoot pesto.

Voor 8 personen.

Two Coloured Fruit Gazpacho



FRAMBOZEN:

Goed zowel voor de ogen als voor de digestie.

Wat is er nou plezieriger om te eten dan een vruchtensoep? Het is niet alleen een lekker eten, het is ook een leuk gezicht met al die kleurtjes. Deze gazpacho koelt u uw vrienden en familie op een warme middag af.

- 1/2 kopje water
- 1 1/2 liter verse frambozen (ongeveer 3,5 kopje)
- 1 (500 g pak) ongezoete diepgevroren frambozen, ontdooid
- 3 eetlepels suiker
- 50 cl koolzuurhoudend mineraalwater met limoensmaak
- 5 geschild kiwi vruchten
- 2-3 eetlepels vers geperst limoensap
- 1 kopje fijngesneden suikermeloen
- 1 kopje fijngehakte cantaloupe meloen (wratten- of buidel-meloen, geel)
- 6 verse blaadjes of twijgjes munt

Doe het water en de frambozen in de mengbeker. Deksel erop. Vier, vijfmaal op de pulsknop drukken tot de frambozen goed gepureerd zijn. Doe er indien nodig nog wat water bij om beter te kunnen mengen. Druk de frambozenpuree door een zeef om de pitjes eruit te zeven. Doe de gezeefde frambozenpuree in een grote kom. Giet het mineraalwater erbij en roer het goed door elkaar. Doe de kiwi en het limoensap in de mengbeker. Deksel erop. 2 tot 3 keer de pulsknop drukken totdat het gepureerd is. Schep gelijke hoeveelheden frambozenpuree in 6 gekoelde soepschaaltjes. Schep in het midden van de frambozenpuree gelijke hoeveelheden van de kiwipuree. Strooi de suikermeloen en cantaloupe meloen langs de rand en garneer het geheel met de muntblaadjes. Meteen serveren.

Voor 6 personen.



IN DE ZON GEDROOGDE TOMATEN:

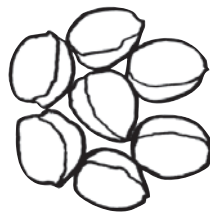
Bevatten 12 keer
zoveel lycopene als
rauwe tomaten!

De fijne smaak van deze dressing past heel goed op spinazieblaadjes, bestrooid met kruimeltjes pittige feta kaas.

- 8 aan de zon gedroogde tomaten (gedroogd in een zakje, niet in olie)
- $\frac{3}{4}$ kopje heet gefiltreerd water
- $\frac{1}{4}$ kopje koud geperste olijfolie of appelsap
- 1 theelepeltje chili poeder
- 1 teentje knoflook
- 2 eetlepels geconcentreerd sinaasappelsap
- $\frac{1}{4}$ kopje appelcider azijn
- 1 eetlepel ongekruidde en ongezoete sojasaus, zoals tamari, of natriumarme sojasaus
- $\frac{1}{4}$ theelepeltje vers gemalen zwarte peper

Laat de aan de zon gedroogde tomaten 20 tot 30 minuten weken in een kom met heet water tot zacht en vlezig zijn. Doe het water met de tomaten in de mengbeker. Deksel erop. Drie tot vier keer op de pulsknop drukken totdat ze fijngehakt zijn. Doe de overige ingrediënten erbij en laat op LAAG verder mengen tot het geheel crêmig is. Serveren. Wat overblijft kan in de koelkast.

Genoeg voor één kopje vol.



Schep deze interessante pesto in Geroosterde Pompoen en Appel Soep of gebruik het als dipsausje of om ergens op te smeren.

- $\frac{1}{4}$ kopje gefiltreerd water (ong.)
- 2 kopjes koreander blaadjes zonder takjes
- 1 eetlepel cidre azijn
- 1 jalapeno peper, zonder zaad en fijngehakt
- 1 kopje walnoot in stukjes
- $\frac{1}{2}$ theelepeltje zout

WALNOTEN:

Enkelvoudig onverzadigde vetzuren zijn goed voor het hartvaatstelsel.

Doe alle ingrediënten in de aangegeven volgorde in de mengbeker. Deksel erop. Meerdere malen de pulsknop drukken tot het mengsel samenhangt. Indien nodig, meer water in de mengbeker doen. Op smaak kruiden en indien nodig meer zout toevoegen. Overgebleven pesto goed afgesloten in de koelkast bewaren of vries het in voor toekomstig gebruik.

Genoeg voor één kopje vol.



0-985.07 9803-6